الجامعة الإسلامية غزة

عمادة الدراسات العليا

كلية التربية

قسم علم النفس



الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة

إعداد الباحثة:

دعاء شعبان شعبان أبو عبيد

إشراف الدكتورة:

ختام اسماعيل السحار

قدمت هذه الدراسة كأحد متطلبات الحصول على درجة الماجستير في كلية التربية قسم علم النفس – ارشاد نفسي

2013

غزة – فلسطين

The Islamic University of Gaza

Faculty of Education

Psychology Deparment



Life Satisfaction And Its Relationship With Future Anxiety At Editors Prisoners Deported To The Gaza Strip

Prepared by:

Doaa Shaaban Shaaban Abu Obeid

Supervised by:

Khittam Ismail Sahar

Submitted in partial fulfillment of the requirements for the master degree of psychology from the faculty of education of the Islamic University of Gaza

2013/2014

Gaza- Palestine

الآية القرآنية

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

﴿ وَقَدْ أَحْسَنَ بِيٓ إِذْ أَخْرَجَنِي مِنَ ٱلسِّجْنِ ﴾ صلى

سورة يوسف الآية (100)

الإهـــداء

إلى من أرضعتني الحب والحنان (أمي)

إلى روح أبي الذي جرع الكأس فارغا ليسقيني قطرة حب (والدي)

إلى من حصدت الأشواك من دربي لتمهد لي طريق العلم (مشرفتي)

إلى من أشعل شمعة في دروب طريقي (صديقاتي)

إلى من هما أغلي من روحي ومن كانوا سندي بكل شيء (أخواني)

إلى من زرعوا الأمل والتفاؤل بحياتي (أخواتي)

إلي صديقتي ونور قلبي ومن كانت تسير معي بكل خطوة (نـور)

إلى من أفنى زهرة شبابهم بالسجون (الأسرى)

إلى من حرمهم الاحتلال من العيش بسلام بين أهاليهم (الأسري المحررين المبعدين)

إلي زملائي وزميلاتي بجامعة الاقصى وكلية مجتمع الاقصى

الشكر والتقدير

الحمد الله رب العالمين القائل في كتابه العزيز:

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

﴿ فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِّن قَوْلِهَا وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِيٓ أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ ٱلَّتِيٓ أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَٰلِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَٰلِحًا تَرْضَىٰهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ ٱلصَّٰلِحِينَ ﴿١٩﴾ ﴾ (سورة النمل، الآية: 19)

والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء، وأمام المرسلين،وحجة الله على خلقه أجمعين، وعلى آله وصحبه، ومن دعا بدعوته واهتدى بهديه إلى يوم الدين وبعد ،،،،.

فإنه من دواعي سروري أن أتقدم بالشكر والتقدير إلى الجامعة الإسلامية ممثلة في إدارتها وعمادة الدراسات العليا فيها على إتاحة الفرصة لي أن أحصل على شهادة الماجستير، وللجهود التي بذلت من أجل تسهيل مهمة الباحثة في جميع مراحل الدراسة.

كما أتقدم بخالص الشكر والعرفان إلى الدكتورة: **ختام إسماعيل السحار**، والتي أشرفت على هذه الدراسة وأمدتني بالدعم والأفكار فكانت نعم المرشدة والموجهة منذ أن كان موضوع الدراسة فكرة مجردة في ذهني إلى أن خرجت هذه الدراسة إلى حيز الوجود مما ساعدتني على السير بخطى ثابتة مسترشدةً بتوجيهاتها وإرشاداتها القيمة فجزاها الله عني خير الجزاء.

كما أتوجه بجزيل الشكر والتقدير إلى أعضاء لجنة المناقشة، الدكتور: أحمد الحواجري، والدكتورة: سناء أبو دقة، على ما بذلوه من جهد ثمين في تنقيح هذه الدراسة كي تصبح على أتم وجه.

كما وأتقدم بخالص الشكر والعرفان إلى العاملين بوزارة الأسرى على ما بذلوه من جهد في مساعدتي للحصول على معلومات وتيسير مهامي.

وكما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأسري المحررين المبعدين إلى غزة الذين لم يبخلوا بمعلوماتهم ومساعدتهم لي بالحصول علي معلومات

وفي الختام أتقدم بخالص شكري وتقديري، إلى كل من ساهم في أتمام هذه الدراسة وكل من أمدني بمعلومة، وأسأل الله العلي القدير أن يجزيهم عني خير الجزاء.

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى التعرف على الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة وعلاقته بقلق المستقبل، والتعرف على الفروق الفردية بين أفراد العينة في مستوى الرضا عن الحياة لديهم، والكشف عن الفروق الفردية في مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وكان مجتمع الدراسة عبارة عن جميع الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة ضمن إطار اتفاقية صفقة وفاء الأحرار، والبالغ عددهم نحو 167 أسيراً، بقي منهم في قطاع غزة 153 أسيراً، تم اختيار عينة عشوائية بلغت نحو 112 أسيراً، لتطبيق أدوات الدراسة عليهم والتي كانت عبارة عن مقياس للرضا عن الحياة من إعداد الباحثة مكون من 79 فقرة موزعة إلى سبعة مجالات أساسية، ومقياس قلق المستقبل من إعداد الباحثة مكون من 46 فقرة، وللتحقق من صدق الأدوات وثبات نتائجها، تم تطبيق 30 استبانة على عينة استطلاعية، واستخدمت الباحثة العديد من الاختبارات الإحصائية للإجابة على تساؤلات الدراسة والتحقق من فروضها، وأهمها: اختبار ت لمتوسط العينة الواحدة (One Sample T test)، اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، وأظهرت النتائج ما يلي:

1- مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة بلغ ما نسبته 77.40%.
2- حظي مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية بالمرتبة الأولى بين مجالات الرضا عن الحياة وبوزن نسبي بلغ نحو 84.20%، يليه مجال التقدير الاجتماعية وبوزن نسبي بلغ 83.80%، يليه مجال الرضا عن الأمور الدينية وبوزن نسبي 82.20%، يليه مجال السعادة وبوزن نسبي 77.80%، يليه مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية بوزن نسبي 75.60%، يليه مجال الطمأنينة وبوزن نسبي 71.00%، وأخيراً مجال الرضا عن الحياة الصحية وبوزن نسبي بلغ 67.60%.
3- أظهرت النتائج أنه لا توجد علاقة ذات دالة إحصائياً بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى أفراد العينة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.
4- أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة تعزى لمتغير العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية.
5- أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة تعزى لمتغير العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية.

Abstract

This study aims to identify life satisfaction at editors prisoners deported to the Gaza Strip and it relationship with future anxiety, identify the personal differences among editors prisoners deported to Gaza strip on life satisfaction, and identify the personal differences among editors prisoners deported to Gaza strip on future anxiety. To achieve the study objectives analytical descriptive approach was used. The study population consists of all editors prisoners deported to the Gaza Strip who respondents on (Wafa El-Ahrar) treaty and numbered 167 prisoners, but (153) of them remained in Gaza strip .

The study sample was a 112 prisoners which selected randomly to applied the study tools at them. The study tools was a measure of life satisfaction (prepared by the researcher), which includes at 79 items distributed on seven domains and future anxiety (prepared by the researcher), which includes at 46 items. To verified the questionnaire validity and reliability the researcher used exploratory sample, which was about 30 prisoners.

The researcher used many statistical methods to answer study questions, and test hypothesis and the most important of it: (one sample t test), (one way ANOVAs), the study results show the following:

- Life satisfaction level at editors prisoners deported to the Gaza Strip (77.40%).
- Relation social was the first domain with (84.20%), then recognition social domain (83.80%), then religious satisfaction domain (82.20%), then happiness domain (77.80%), then economic life satisfaction domain (75.60%), then reassurance domain (71%), finally health life satisfaction domain (67.60%).
- Future anxiety level at editors prisoners deported to the Gaza Strip (62.20%).
- The study results showed that there are no statistically significant relationship between life satisfaction and future anxiety among editors prisoners deported to the Gaza Strip.
- The study results showed that there are no statistical differences significant in life satisfaction among editors prisoners deported to the Gaza Strip due to: age, arrest number, arrest years, marital status.

The study results showed that there are no statistical differences significant in future anxiety among editors prisoners deported to the Gaza Strip due to: age, arrest number, arrest years, marital status.

فهرس المحتويات

فهرس الجداول

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

المقدمة.

مشكلة الدراسة.

أهمية الدراسة.

أهداف الدراسة.

حدود الدراسة.

مصطلحات الدراسة.

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

المقدمة:

تعد الحرية أغلى ما يملكه الفرد، فلا سبيل إلى السعادة دونها، وهي في أبسط صورها تعني التحرر من القيود التي تكبل الانسان وانتاجه سواء أكانت هذه القيود مادية أو معنوية. ولا يشعر الفرد بأهمية الحرية وطعمها إلا إذا سُلبت منه.

ويعيش الشعب الفلسطيني تحت مرارة الاحتلال، وأينما وجد الاحتلال تبعته ظاهرة الأسر السالبة للحرية، وتعد قضية الأسرى من أولويات النضال الفلسطيني، لاسيما وأن أعدادهم تتجاوز الخمسة آلاف بنهاية العام 2013.

والأسرى الفلسطينيون في سجون الاحتلال الإسرائيلي يعانون من أبشع مظاهر التعذيب، والتي من شأنها التأثير في صحتهم العامة وصحتهم النفسية، لذا فإن العديد من الباحثين تناولوا فئة الأسرى، خاصة في مجال علم النفس بهدف الكشف عن تأثير تجربة الاعتقال في حالتهم المزاجية كدراسة (نجم، 2011)، ودراسة (زقون وآخرون، 2010)، دراسة (أبو قاعود، 2008)، كما أن تجربة الاعتقال تمتد إلى كافة أفراد أسرة الأسير، لذا نجد بأن هناك دراسات أخرى تناولت ذوي الأسرى كدراسة (لافي، 2005)، بينما فرق (عسلية والطلاع، 2008) بين لحظتي الاعتقال والافراج، أما (عبد الحميد، 2013) فدرس العلاقة بين الوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة ضمن صفقة وفاء الأحرار.

ويعد موضوع الرضا عن الحياة من الموضوعات الهامة التي تناولتها العلوم النفسية على اعتبار أن الرضا عن الحياة علامة هامة تدلل على تمتع الفرد بالصحة النفسية السليمة، وأن رضا الفرد عن الحياة يعني تحمسه وتوجهه نحو الحياة والمستقبل، والرضا عن الحياة أقصى ما يطمح إليه الفرد العاقل الراشد، وذلك بهدف تجنب الإحباطات والصراعات النفسية والقلق الذي ينتابه نتيجة انفعالاته المختلفة بناء على المواقف التي يمر بها الشخص، ولا يمكن للحياة أن تسير على وتيرة واحدة، بل تعتريها بعض الصعاب التي تنغص على الإنسان سعادته، وتجعله يعيش مهموم لفترة ما قد تطول وتقصر.

كما إن ديناميات انتقالية الفرد من مرحلة إلى أخرى، أو من موقف ما إلى موقف آخر هو مزيج من الثبات والتغير، بقدر ما يتميز التنظيم البيولوجي والنفسي والاجتماعي في الإنسان بالثبات والتغير وبالمثابرة والمواءمة وبظهور معالم جديدة تتضح في مدى واسع من الخصائص النفسية والاجتماعية والاقتصادية والصحية.

وإذا كان نمو الفرد يشير إلى سلسلة موصولة من التغيرات التي تتضح لدى الأفراد بشكل متميز كلما يتقدمون في مراحل العمر ومؤثرات الحياة بشتى أنواعها (الصغير، 2011: 2)، فإن الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة مروا على الأقل في بثلاث مراحل حاسمة خلال حياتهم الأولى بين أهلهم وذويهم، والثانية بين قضبان الاحتلال الإسرائيلي، والثالثة مرحلة الإفراج والإبعاد إلى قطاع غزة.

ورغم أن قطاع غزة والضفة الغربية جزءاً من فلسطين إلا أن هناك اختلافاً في أنماط الحياة السياسية والاجتماعية الاقتصادية، لذا تعتقد الباحثة أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، قد تتغير باختلاف المراح الثلاث التي مروا بها.

وطالما أن الرضا عن الحياة هي تقبل الفرد لذاته نحو أسلوب الحياة التي يحياها في البعد الحيوي المحيط به، ويكون متوافق مع نفسه ومع المحيطين ويشعر بقيمته وقادر على التكيف مع المشكلات التي تواجههن والتي تؤثر على سعادته ومقتنع بطبيعة حياته وما فيها (تفاحه، 2009: 270).

وللرضا عن الحياة أثر ايجابي محفز على استمرار الانتاجية ورفع مستوى الطموح والتطلعات المستقبلية، حيث يشار إلى الشخص الراضي عن حياته بأنه يتمتع بصحة نفسية وسعادة وطمأنينة وراحة، كما أنه أكثر قدرة على التكيف الشخصي والتكيف الاجتماعي، حسب ما أشارت بعض الدراسات مثل دراسة (الدسوقي، 1999)، ودراسة (Salokanga et. al, 2009)، ودراسة (المالكي، 2011).

إذا فتوفر مستوى مناسب من الرضا عن الحياة لدى الفرد يجعله أكثر قدرة على تقدير ذاته وإبداء آراءه والدفاع عنها، كذلك يكون الفرد أكثر قدرة على التكيف مع الآخرين وبناء علاقات اجتماعية مناسبة.

كذلك الشخص الذي لديه مستوى مناسب ومرتفع من الرضا عن الحياة يتمتع بدرجة عالية من الصبر والتحمل عند التعرض للضيق والتوتر، وهو بذلك لديه إرادة قوية في مواجهة الأزمات ودائماً متفائل حتى في ظل المواقف الصعبة ويسعى للأفضل دائماً ويسعى للنجاح، والتفكير بايجابية وتكوين علاقات اجتماعية سوية، وقادر على التحكم بمشاعره (علام، 2008: 218).

وهذا لا يعني أن الراضون عن حياتهم لا يعانون من الخوف والقلق، والصراع والمشاعر السلبية، لكن ما يميز الشخص الراضي هو طريقته في مواجهة هذه المشاعر، حيث أنه يواجه صراعاته والإحباطات التي يتعرض لها بالحكمة وبعيداً عن العداوة والخوف والتردد والتوتر (عبد الخالق، 2003: 194).

وتأسيساً لما سبق فإن الرضا عن الحياة يجعل الشخص أكثر قدرة على مواجهة المواقف التي تعترضه في حياته اليومية، وأن الرضا عن الحياة يجعل الفرد أقل قلقاً وتوتراً، خاصة وأن القلق في حد ذاته ظاهرة طبيعية وإحساس وشعور وتفاعل مقبول ومتوقع تحت ظروف معينة وأحياناً يكون للقلق وظائف حيوية تساعد على النشاط وحفظ الحياة لكن قد يشكل القلق مشكلة بالنسبة للفرد حين يكون القلق دون سبباً ظاهراً ومفهوماً.

وطالما أن المستقبل مجهول حتى اللحظة فإنه يبقى مصدر قلق للفرد، والقلق من المستقبل يحجب الرؤيا الواضحة عن إمكانات الفرد ويشل قدراته وبالتالي يعيق وضع أهدافاً واقعية تتفق مع مستوى الطموح التي ينشدها وتحقق له السعادة والرضا.

فمجرد التفكير بالمستقبل يعتبر عاملاً يسبب القلق لدى الفرد ويساعد في ذلك خبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة العصرية وطموح الإنسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لوجوده (العناني، 2000: 120).

ويعد قلق المستقبل قلقاً وجودياً مصاحباً لوجود الفرد، حيث أن الإنسان هو الكائن الوحيد وسط الكائنات الحية الأخرى الذي يدرك الزمن بوحداته الثلاث الماضي والحاضر والمستقبل، وذلك يجعله متأرجحاً بين خبرة ماضية ولحظة حاضرة يسعى للتوافق معها ولحظة قادمة يخشاها ولا يستطيع توقعها (عبد الحليم، 2010: 335).

وجميع البشر بلا استثناء مروا بخبرة تنطوي على القلق في رحلة تحقيقهم لوجودهم، ولذلك يعد القلق جزءاً من الحياة اليومية للإنسان وخبرة إنسانية تميز الإنسان بما هو إنسان، وخبرة القلق لها مستويات تبدأ من المستوى السوي وصولاً للقلق المرضي ولذلك يبقى الإنسان يكابد القلق باعتباره أحد شروط وجوده (Allessander, 1996: 106).

من خلال ما سبق نستخلص بأن الخبرات السابقة والمواقف التي يتعرض لها الفرد سبباً في قلق الفرد من مستقبله، وتعتقد الباحثة أن الأسرى المحررين والذي سبق أن اعتقلوا ولو لمرة واحدة على الأقل قد يكونوا عرضة لقلق المستقبل في ظل خبرة الوقوع في الاعتقال لدى قوات الاحتلال الإسرائيلي، أو غيرها من الأحداث التي تمر يومياً سواء في قطاع غزة أو الضفة الغربية، وهذا ما أكدته نتائج دراسة (زقوت وآخرون، 2010)، ونتائج دراسة (عسلية والطلاع، 2008).

لذا تتناول الباحثة في هذه الدراسة الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وعلاقته بقلق المستقبل لديهم، وقد وضعت الباحثة سبعة أبعاد لقياس مستوى الرضا عن الحياة، وهي: السعادة، الطمأنينة، الرضا عن العلاقات الاجتماعية، الرضا عن التقدير الاجتماعي، الرضا عن الحياة الاقتصادية، الرضا عن الحياة الصحية، الرضا عن الأمور الدينية.

مشكلة الدراسة:

وأسفرت صفقة وفاء الأحرار عن تبادل للأسرى بين الحكومة في قطاع غزة، وسلطات الاحتلال وكان من بين بنود تلك الصفقة إبعاد بعض الأسرى إلى قطاع غزة، أو إلى بلدان أخرى، وتكمن مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤل الرئيس التالي:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم صياغة الأسئلة الفرعية التالية:

1- ما مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة؟
2- ما مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدثين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير (العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية)؟.

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير (العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية)؟

أهمية الدراسة:

<u>تعتبر الدراسة الحالية مهمة من جانبين:</u>

الأهمية النظرية:

1- تعتبر الدراسة مهمة كونها تهتم بفئة الأسرى، لاسيما وأنها أكثر فئات الشعب الفلسطيني التي عانت من ويلات الاحتلال الإسرائيلي على مر سنين الاحتلال، كما أن الدراسة تعتبر مهمة كونها تهتم بفئة الأسرى المحررين في محاولة للوقوف على مستوى الرضا عن الحياة لديهم خاصة وأنهم فقدوا أغلى ما يملك الإنسان الحرية، وبعد الافراج واجهوا تجربة الابعاد عن أهلهم وأبنائهم وأسرهم.

2- وتكمن أهمية الدراسة في أنها تحاول التعرف على قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين خاصة وأنهم لازالوا يعيشون هاجس الاعتقال، كما أن قلق ملازم للنفس البشرية، فكيف سيكون مستوى القلق من المستقبل لدى فئة الأسرى التي قضت فترة من حياتهم داخل سجون الاحتلال.

3- ومن الممكن أن تكون الدراسة الحالية بمثابة مؤشراً قادراً على التنبؤ بمستوى قلق المستقبل لدى الأسرى الذين لا زالوا رهن الاعتقال.

4- كما تعتبر الدراسة الحالية مهمة لأنها تحاول الربط بين مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى مع قلق المستقبل لديهم، ومن خلال هذه العلاقة يمكن صياغة بعض التوصيات والمقترحات التي من شأنها تعزيز اقبال الأسرى نحو الحياة والمستقبل.

5- وتعتبر الدراسة إضافة علمية في موضوع الرضا عن الحياة، وقلق المستقبل.

الأهمية التطبيقية:

يستفيد من نتائج الدراسة الحالية العديد من الفئات وهم:

1- الأسرى المحررون: حيث أن الدراسة تهتم بالتعرف على مستوى الرضا عن الحياة لديهم وعلاقته بقلق المستقبل، كما أن الدراسة ستحاول اقتراح بعض التوصيات التي من شأنها أن تعزز إقبال فئة الأسرى المحررين نحو المستقبل والحياة.

2- وزارة شئون الأسرى والمحررين: من خلال وضع صناع القرار في وزارة شئون الأسرى والمحررين على مستوى الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى فئة الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، لاسيما وأن هذه المستويات قد تفيدهم في خلق برامج وتقديم خدمات لتحقيق مستويات أفضل من الرضا عن الحياة لدى فئة الأسرى سواء المحررين أو الذين لازالوا رهن الاعتقال.

كما أن نتائج الدراسة الحالية قد تفيد في الكشف عن الحالة المزاجية والنفسية للأسرى الذين لازالوا تحت قيد الاعتقال، بما يفيد صناع القرار في تعزيز صمودهم وخلق سبل من شأنها تعزيز الصحة النفسية لديهم.

3- الباحثون والمهتمون: قد تخرج الدراسة بنتائج مفيدة للمتخصصين في مجال الإرشاد النفسي والصحة النفسية، حيث أنها تهتم بالتعرف على جانبين مهمين هما الرضا عن الحياة، قلق المستقبل، حيث أن هذه النتائج قد يبنى على أساسها بعض البرامج الارشادية.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف وهي:

1- التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.
2- التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.
3- التعرف على طبيعة العلاقة بين مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة بقلق المستقبل لديهم.

4- التعرف على أثر الفروق الفردية في درجة الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة باختلاف متغيراتهم الديمغرافية.

5- التعرف على الفروق الفردية في درجة قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة باختلاف متغيراتهم الشخصية.

حدود الدراسة:

- حدود زمنية: تم إجراء الدراسة النظرية والميدانية في العام الدراسي 2012/ 2013.
- حدود مكانية: تم تطبيق الدراسة على الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.
- حدود بشرية: الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة في صفقة وفاء الأحرار.
- حدود موضوعية: تهتم الدراسة بالتعرف على مستوى الرضا عن الحياة ومستوى قلق المستقبل والعلاقة بينهما لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

مصطلحات الدراسة:

الرضا عن الحياة:

الرضا عن الحياة: عبارة عن تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته (الدسوقي، 1999: 162).

وتعرف الباحثة الرضا عن الحياة إجرائياً: بأنه تقدير الأسير المحرر لنوعية الحياة التي يعيشها في قطاع غزة طبقاً لنسقه القيمي، ومستوى هذا الرضا يعبر عنه من خلال (السعادة، الرضا عن العلاقات الاجتماعية، التقدير الاجتماعي، الطمأنينة، الحياة الاقتصادية، الحياة الصحية، الرضا عن الحياة والأمور الدينية)، وهو الدرجة التي يحصل عليها المستجيبين على مقياس الرضا عن الحياة المعد خصيصاً لهذه الدراسة.

قلق المستقبل:

قلق المستقبل: عبارة عن حالة انفعالية غير سارة تنتاب الفرد أثناء التفكير في المستقبل وتوقع تهديداً ما لمستقبله، والشعور بالتشاؤم وعدم الرضا والاطمئنان، والخوف والعجز وعدم تحقيق الآمال والطموحات المستقبلية والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المتوقعة في المستقبل مصحوبة بشيء من عدم التركيز والتفكير اللا صحيح والتوتر والضيق والشعور ببعض الأعراض الجسمية كالصداع والضعف العام للجسد ووظائفه (السيد، 2008: 14).

وتعرف الباحثة قلق المستقبل إجرائياً: بأنه الخوف من المجهول الذي يشعر به الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة بعدم الاستقرار والخوف من المستقبل ومواجهة مصاعب التغيرات الاجتماعية والسياسية والأمنية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لما يحمله المستقبل، وهذا ما يسبب حالة من الاكتئاب والتشاؤم واليأس قد تصل إلى حالة الاضطراب لديهم، وهو الدرجة التي يحصل عليها المستجيبين على مقياس قلق المستقبل المعد خصيصاً لهذه الدراسة.

الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة:

هم جميع الأفراد الذين تم الافراج عنهم ضمن صفقة وفاء الأحرار، وتم ابعادهم إلى قطاع غزة بتاريخ 10/11/ 2011 والبالغ عددهم167.

الفصل الثاني

مفاهيم الدراسة

المحور الأول: الرضا عن الحياة.

المحور الثاني: قلق المستقبل.

المحور الثالث: الأسرى المحررين.

تعقيب عام على مفاهيم الدراسة.

الفصل الثاني

مفاهيم الدراسة

مقدمة:

تناولت الباحثة في هذا الفصل مفاهيم الدراسة وهي الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة ضمن صفقة وفاء الأحرار بتاريخ 10/11 /2011، حيث اشتمل الفصل على ثلاثة محاور أساسية وهي: المحور الأول الرضا عن الحياة، المحور الثاني قلق المستقبل، المحور الثالث الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

المحور الأول: الرضا عن الحياة (Life Satisfaction).

لقد شهدت الحياة ابتداءً من منتصف القرن العشرين تغيراً شاملاً وعميقاً اعتمد على حدوث ثورة في ثلاث مجالات أساسية وهي الصناعة والمعلومات والاتصالات، هذه التغيرات ألحقت بحياة الفرد والجماعات تغيرات في الأنظمة الاجتماعية والثقافية والاقتصادية والصحية، مما ترك أثراً في الأسرة والمجتمع والدولة والعمل.

هذه التغيرات جعلت العلماء والمختصين بمجال التربية وعلم النفس يولون اهتمام أكثر بالشخصية والصحة النفسية وتحقيق الايجابية بهما، فانتشرت الدراسات التي تتعلق بالرضا عن الحياة وجودتها ونوعيتها، والتوجه نحوها، وفي هذا الصدد يرى الأشول (2005: 11) أن لعلم النفس السبق في فهم وتحديد متغيرات وأبعاد الحياة والرضا عنها، لاسيما وأنها الرضا عن الحياة عبارة عن تعبير إدراكي ذاتي للحياة التي يعيشها الفرد، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها.

وتعتبر الأرض مكان الحياة للأفراد والجماعات الإنسانية وغير الإنسانية، والرضا عن تلك الحياة يتعلق بالعديد من الجوانب منها الاقتصادية والاجتماعية والأمنية والسياسية.

والرضا عن الحياة مصطلح شائع الاستخدام ويتكررا كثيراً في حياتنا اليومية، وغالبية الدراسات التي اهتمت بمجال الرضا عن الحياة اقتصرت على فئات تعاني من مشكلات نفسية واجتماعية وجسمية (Nadalet et. al, 2005: 428).

ويعتبر الرضا عن الحياة مدى وقدرة الفرد على التكيف مع المشكلات التي تواجهه وتؤثر فيه وتؤثر على سعادته، فلا بد للفرد أن يتفاعل مع محيطه ومجتمعه وأن يشعر بذاته لاسيما وأن العديد من الدراسات ومنها (Hong, 1994)، ودراسة (الدسوقي، 1998) أثبتت أن هناك علاقة موجبة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

وأكدت دراسة كلاً من (Sousa and Lyubomirsky, 2001) على أن هناك نوعين من الرضا عن الحياة: الرضا عن الحياة العام كنوع من الرضا الشامل للحياة ككل ويعرف بمصطلح (Global Life Satisfaction)، والرضا عن مجالات بعينها (Life – Domain Satisfaction)، كالرضا عن العمل، الدراسة، الزواج، الدخل.

ورضا الفرد عن حياته يعتمد على مقارنة ظروفه بالمستوى المثالي، أي أن الرضا عن الحياة إحساس داخلي نسبي وتظهر آثاره على سلوك الفرد واستجابته للمؤثرات المحيطة، فسنحاول من خلال هذا الجزء التعرف على مفهوم الرضا عن الحياة وأبعاده المختلفة.

ويهتم علم النفس والمتخصصين بالرضا عن الحية وضرورة أن يحقق الفرد مستوى مناسب منه نظراً لأن الرضا عن الحياة يعد من دلائل الصحة النفسية الايجابية والأداء النفسي الايجابي والمعروف باسم (Postive Psychological Tunctioning)، لذلك تستخدم مقاييس الرضا عن الحياة كمؤشر من مؤشرات الرفاهية النفسية (Psychological Well - Being) (Suldo and Huebner, 2006).

مفهوم الرضا عن الحياة:

لغةً:

جاء تعريف الرضا فى المعجم الوجيز (ترضية وبه وعنه وعليه رضا ورضاء ورضوانا ومرضاة: أى اختاره وقبله ويقال رضية له أى رآه أهلا له (المعجم الوجيز، 1990: 267).

وقال العلامة البركوي رحمه الله تعالى: الرضا: طيب النفس بما يصيبه ويفوته مع عدم التغير (النابلسي، 2008: 105).

اصطلاحاً:

عرف الديب الرضا عن الحياة بأنها مقارنة الفرد لظروفه بالمستوى المثالي الذي يفترضه لنفسه وحياته (الديب، 1994: 119).

ويعرف الدسوقي الرضا عن الحياة بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد بأنه مناسب له ولقدراته ولمداركه وخبراته ولحياته بشكل عام(الدسوقي، 1996: 63).

هو شعور الذي يبديه الشخص نحو الحياة الاجتماعية، والعملية والتعليمية، والعائلة نحو الحياة الاجتماعية والنقل والمواصلات والعناية الصحية والبيئية والسلامة العامة والبضائع المستهلكة (Seik, 2000: 15)

وعرفت منظمة الصحة العالمية الرضا عن الحياة بأن معتقدات الفرد في موقعه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره واهتماماته في ضوء سياق ثقافي ومنظومة من القيم في المجتمع الذي يعيش فيه الفرد (World Health Organization, 2000).

وعلق العيسى ورشوان (2006) على تعريف منظمة الصحة العالمية حول مفهوم الرضا عن الحياة بأنه مفهوم واسع يتأثر بطريقة مركبة بالصحة الجسمية للفرد وبحالته النفسية وباستقلاليته وعلاقاته الاجتماعية وعلاقته بكل مكونات البيئة التي يعيش فيها وهو بنية نفسية متعددة الأبعاد ترتبط بالعديد من المتغيرات النفسية الهامة كالضغوط وتقدير الفرد لذاته والأمل وتعد هذه البنية مؤشر أساسي للنجاح والتكيف مع الظروف المحيطة بالفرد.

وعرف البعض الرضا عن الحياة بأنه حكم الفرد على حياته من وجهة نظره الخاصة وتقييمه لها، ويكون تقييم الفرد لحياته من عدة جوانب أهمها: تقييم عام للحياة، وتقييم محدد حول مواقف وموضوعات مثل الزواج والعمل، الحياة الاجتماعية، مستوى السعادة، الفرح، التوتر القلق، وغيرها (سليمان، 2003: 12)، وبناء على هذا التقييم يتم الحكم بالرضا أو عدم الرضا وفق درجات مختلفة، وتقييمات مختلفة.

ومفهوم الرضا عن الحياة عبارة عن كيفية تقييم الأفراد لحياتهم بأبعادها المختلفة، من خلال الصفات والسمات الشخصية والفروق الفردية، وتتأثر تلك الأبعاد بالعوامل الديمغرافية والظروف البيئية، والعوامل الثقافية والنضج والواقعية، والاستقلالية التي يتمتع بها الفرد، والتقييم يكون ذاتياً (Diener, 2000: 149).

أما رضوان وهريدي (2001) فيعرفان الرضا عن الحياة بأنه تقبل الفرد ولما حققه من انجازات في حياته الماضية والحالية ويفصح هذا التقبل عن نفسه في توافق الفرد مع ذاته ومع الآخرين، ونظرته المتفائلة الحياة والمستقبل (رضوان وهريدي، 2001: 77).

وفي دراسة أخرى لدينر وآخرون (2003) أثبتوا من خلالها أن الحكم على مستوى الرضا عن الحياة يعتمد على مقارنة الفرد لظروفه بالمستوى المثالي الذي يفترضه الفرد لحياته، وهذا يعني أن الحكم على مدى رضا الفرد عن شئونه الحالية يعتمد على مقارنته بمستوى مثالي يضعه الفرد نصب عينيه، وهذا المستوى المثالي ليس إجبارياً بل هو علامة مميزة للصحة النفسية حيث يرتبط بالحكم الشخصي للفرد ولا يرتبط ببعض الخصائص التي يعتقد أنها مهمة (Diener, et. al: 2003: 88).

والرضا عن الحياة هو أحد مصادر السعادة وأن مستوى الرضا عن الحياة ينعكس ايجاباً وسلباً على تصرفات الفرد وسلوكه، والرضا عن الحياة شعور الفرد وتقديراته المعرفية لجودة حياته والذي ربما يعكس تقديره العام للنواحي الحياتية خاصة فيما يتعلق بذاته وأسرته ومجتمعه (رشوان وعيسى، 2006: 118).

وبينما استخدم كورف (Korrff, 2006) الرضا عن الحياة على أنه مرادف للرفاهة (Well - Being) ويرى بأن الرضا عن الحياة إدراك شخصي لمدى إشباع حاجات الفرد الأساسية بالامتداد مع إدراكه لنوعية الحياة طوال خبراته الحياتية (Korrff, 2006: 7).

أما بوليت فيؤكد على أن الرضا عن الحياة منظور الشخص المتعدد الأبعاد والمفهوم الشمولي الذي يتضمن الأبعاد الروحية والاجتماعية والنفسية والبيولوجية، ورضا الفرد عنه هذه الأبعاد وتقبله لها (Polit, 2007: 213).

وهو نوع من التقدير الهادئ والمتأمل لمدى حسن سير الأمور سواء الآن أو في الماضي، وهو تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل أو حكم بالرضا عن الحياة (عبد الوهاب، 2007: 2).

وعرف الرضا عن الحياة من خلال عدة أبعاد حيث أشار إلى أن الرضا عن الحياة عبارة عن تقدير عام لنوعية حياة الفرد حسب المعايير التالية: السعادة، العلاقات الاجتماعية، والطمأنينة، والاستقرار الاجتماعي، والتقدير الاجتماعي (علوان، 2008: 48).

ويرى تفاحة بأن الرضا عن الحياة تعد سمة نفسية تتكون لدى الفرد من خلال تقييمه لنوعية الحياة التي يعيشها في ضوء ما لديه من مشاعر وأحاسيس واتجاهات، وقدرة على التعامل مع البيئة المحيطة به، وما يشعر به من حماية وتلبية لحاجاته بصورة مرضية له، وقناعته بما يقدم إليه والإحساس بالتقدير والاعتراف(نفاحة، 2009: 275).

وتم تعريف الرضا عن الحياة على أنه رضا الفرد بقدر ما زود به من الإمكانات العقلية والمعرفية أو الانفعالية وإمكانية أن يؤدي هذا الرضا إلى حل الصراعات الداخلية وإحداث تغيرر يمكن من خلاله إدراك واقعي للحياة التي يعيشها وبتحقيق هذا الرضا بحيث لا يقوم على الاستسلام أو الخضوع (طه ولطفي، 2009: 1447)

والرضا عن الحياة حالة داخلية في الفرد تظهر في سلوكية واستجاباته وتتمثل في السعادة والطمأنينة والاستقرار الاجتماعي والتقدير الاجتماعي والسعادة والقناعة (المدهون، 2009: 4).

وعُرف الرضا عن الحياة بأنه ما هو إلا مكون معرفي للسعادة ويتمثل في كل ما لدى الفرد من عمليات إدراكية ومعتقدات وأفكار تتعلق بموضوع الاتجاه ويشمل ما لديه من حجج تقف وراء تقبله لموضوع الاتجاه يرتبط إلى حد كبير باعتدال الحالة المزاجية للفرد وتحقيقه لذاته وهو حالة معرفية تعتمد بالأساس على الحكم الذاتي للفرد على حياته (المالكي، 2011: 52).

وتعرف بسيوني الرضا عن الحياة بأنه تقدير عام لنوعية حياة الفرد حسب المعايير التي انتقاها لنفسه، والرضا عن الحياة تعني قدرة الفرد على التكيف مع المشكلات التي تواجهه والتي تؤثر في سعادته(بسيوني، 2011: 75).

من خلال التعريفات السابقة التي قد تتشابه فى المعنى البعيد للرضا عن الحياة وأن اختلفت المفردات والمصطلحات التي أستخدمها كل باحت او عالم في تعريفه للرضا عن الحياة تري الباحثة أن الرضا عن الحياة هو حالة من التقبل والسعادة التي يبديها الفرد اتجاه نواحي الحياة وتنبع هذه الحالة من خلال رضا الفرد بما قسمه الله له وإيمانه بعدل الله.

العوامل المساعدة في تحقيق الرضا عن الحياة:

حدد فلانجان عوامل وأبعاد الرضا عن الحياة في المراحل العمرية المختلفة بد دراسة تتبعية أجراها على عينات عمرية مختلفة من الجنسين تراوحت أعمارهم ما بين 30 إلى 70 عاماً كالتالي (المالكي، 2011: 53):

1. الأوضاع المريحة مثل مسكن جيد، غذاء، دخل، مستقبل.
2. الصحة الجسدية وتشمل الخلو من التوتر والقلق والأمراض الأخرى.
3. العلاقات الاجتماعية والتواصل مع الأقاربجدج.
4. الجو الأسري.
5. وجود شريك في الحياة.
6. المشاركة في الأنشطة الترويحية.

واتفق الدسوقي (2000)، وأحمد (2009: 104) على أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل بالآتي:

1. **السعادة:** مقدار ما يشعر به الفرد من سعادة وشعوره بالرضا وارتياح ظروف حياته.
2. **الاستقرار النفسي:** وتتمثل بالرضا عن النفس والشعور بالبهجة والتفاؤل تجاه المستقبل.

3. **التقرير الاجتماعي:** وتتمثل في ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته والإعجاب تجاه سلوكه الاجتماعي.

4. **القناعة:** وتعبر عن رضا الفرد وقناعته بما وصل إليه واقتناعه بمستوى حياته التي يعيشها.

5. **الرضا عن الظروف الاجتماعية:** وهي وصف لسلوك الفرد بالتسامح والمرح وميله إلى الضحك وتبادل الدعابة وتقبل الآخرين.

6. **الطمأنينة:** وتعني استقرار الفرد الانفعالي والنوم الهادئ المسترخي والرضا عن الظروف الحياتية وتقبل الآخرين وانتقاداتهم.

أما تفاحة (2009: 276) فيرى أن أبعاد الرضا عن الحياة تتمثل بستة أبعاد أساسية ذكرها بما يلي:

1- **التفاعل الاجتماعي:** قدرة الفرد على التفاعل والاندماج والاتصال مع الآخرين، وأن يؤثر فيهم ويتأثر بهم، وأن يدرك أنهم مصدر ثقة وانتماء.
2- **القناعة:** وهي رضا الفد بما يقدم إليه من مساعدة أو عون وقبول ذاته والمحيطين به.
3- **التفاؤل:** توقعات الفرد الايجابية نحو مستقبل حياته والاستبشار والأمل في أن العسر يليه اليسر.
4- **الثبات الانفعالي:** التعايش مع الأحداث والمواقف بالثبات النسبي، مع القدرة على ضبط النفس واستقرار الحالة المزاجية والاعتدال في إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية.
5- **التقدير الاجتماعي:** هو شعور الفرد بالتقبل والحب والاعتراف به، والسماح له بالمشاركة في صنع القرارات وحرية التعبير عن الرأي والثناء على ما قدمه وما يفعله.
6- **الحماية:** إدراك الفرد لحجم الرعاية التي تقدم إليه والإحساس بالأمن وعدم النبذ والهجر، وتلبية احتياجته ومتطلباته وتخفيف حدة القلق التي قد يتعرض إليها والمساندة والمواساة وقت الشدائد والأزمات.

أما عبد المنعم (2010: 750 -751) فقد حدد للرضا عن الحياة أربعة أبعاد أساسية وتتمثل بالآتي:

1- السعادة: والسعادة تتطلب الرضا الشامل عن الحياة.

2- التدين: الاتجاه الذي يتبناه الفرد ويسلكه.

3- تقبل الحياة: قدرة الفرد على التكيف والتوافق مع ذاته والآخرين.

4- نوعية الحياة: مفهوم شامل يضم العديد من جوانب الحياة كما يدركها الفرد ويتسع ليشمل النواحي المادية للحاجات الأساسية أو الاشباع المعنوي للفرد.

أبعاد الرضا عن الحياة:

1- السعادة:

تعتبر السعادة عنصر من عناصر الإشباع البيولوجي والاجتماعي والنفسي لدى الفرد والجماعات، وترتبط تماماً بالصحة النفسية لدى الأفراد لاسيما وأن الصحة النفسية تتحقق بشعور الفرد بالسعادة والأمن والاستقرار النفسي.

وتحقيق السعادة يعتبر مطلب لكل فرد ولكل جماعة، ولا تأتي السعادة إلا بإشباع الحاجات الأساسية، فإشباع الحاجات الأساسية عند ماسلو مصدر لسعادة الفرد.

وترتبط السعادة برضا الفرد عن الحياة لاسيما وأن (Fordyce, 1998) يرى أن السعادة شعور عام بالرضا عن الحياة، والسعادة عند سليجمان تحتوي على متع ومسرات لها مكونات حسية وانفعالية واضحة قوية، كالإثارة والسرور والمرح والحيوية والراحة والنشوة، وحقيقة إن السعادة تتكون من ست عناصر أساسية وهي: (الحكمة والمعرفة، الشجاعة، الحب والإنسانية، العدالة، ضبط النفس والاعتدال، الروحانية والتسامي)، ويمكن الحكم عليها من خلال سلوكيات الفرد (المالكي، 2011: 56).

إذاً فالسعادة شعور ويجب عدم الخلط بالسعادة كشعور والعوامل والأشياء المؤدية للسعادة، فبالسعادة تتحقق الطمأنينة والاستقرار النفسي لدى الفرد ، ومع ذلك لا يمكن أن نتجاهل بأن السعادة الداخلية هي مفتاح الرضا عن الحياة.

2- الرضا عن العلاقات الاجتماعية:

إن الشخص الناجح في حياته وعلاقاته الاجتماعية يكون أكثر نشاطاً وحيوية وتقبل للآخرين، شخص متعاون مشارك في الأنشطة الاجتماعية، وتشير كافة الأبحاث على أن الشخص السوي هو

من يتمتع بعلاقات اجتماعية سوية وهؤلاء الأشخاص – أي الذين يتمتعون بعلاقات اجتماعية سوية– يشعرون برضا عن حياتهم، ويتميزون بدافعية نحو العمل وتقدير قيمته، والسيطرة على القلق والتفكير بايجابية وتفاؤل والتمتع بشخصية ذات صحة جيدة، فهم أكثر قدرة على تحقيق ذاتهم والتعاون والمشاركة مع الآخرين، والتخطيط الجيد لحياتهم وطموحاتهم (عبد الخالق، 2003: 322).

كما ترى الباحثة إن للعلاقات الاجتماعية قد تكون سبب للراحة النفسية والتي من خلالها قد نكون مفهوم الذات عن نفس ومن ثم الشعور بالسعادة والتوصل إلى طريق المؤدية للرضا عن الحياة، والتوازن النفسي وقدرتنا على تحقيق الأهداف تعتبر بمثابة الخريطة التي توصلنا إلى سلم الرضا عن الحياة.

3– التقدير الاجتماعي:

يبدأ الفرد البحث عن التقدير الاجتماعي منذ الطفولة لاسيما وأن الطفل يبحث عن الرعاية والحب والعطف والحنان، فيبدأ الطفل إدراك أهمية الجماعة في إشباع حاجات الفرد المختلفة ليعيش بأمن وطمأنينة وسعادة، وقد يدخل الفرد في منافسة مع غيره للحصول على المحبة والتقدير وهذا ما يمكن ملاحظته لدى الطفل داخل المنزل، والتلميذ داخل حجرات الدراسة، والموظف داخل كيان مؤسسته.

بل إن الفرد يبذل كافة جهوده ليحظى بتقدير من حوله، وأشار سليمان (2003) في دراسته أن مستوى الرضا عن الحياة يزداد كلما حظي الفرد بتقدير اجتماعي مرتفع.

كذلك نجد أن التقدير الاجتماعي له جانبان: الجانب الأول يأتي من خلال تقدير الفرد لذاته، والجانب الثاني يأتي من خلال تقدير الآخرين له، ومن الصعب تحقيق أي جانب دون الآخر.

وتترجم الباحثة رأيها فيما سبق أن ما تم طرحه فى الفقرة السابقة يؤكد على أهمية التقدير الاجتماعي في تحسين مفهوم الذات لدى الفرد والذي ينتج عنه اقتناع الفرد بنفسه وتقديرات الآخرين الجيدة له ومن ثم الإحساس بالرضا عن الحياة وتشكيلها من خلال حالة القبول لمناحي الحياة.

4- الطمأنينة:

تعتبر الطمأنينة جانب وبعد من أبعاد الرضا عن الحياة، وهذا قوله الله سبحانه وتعالى في سورة الفجر ﴿ يَٰٓأَيَّتُهَا ٱلنَّفۡسُ ٱلۡمُطۡمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ٱرۡجِعِيٓ إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةٗ مَّرۡضِيَّةٗ ﴿٢٨﴾ فَٱدۡخُلِي فِي عِبَٰدِي ﴿٢٩﴾ وَٱدۡخُلِي جَنَّتِي ﴿٣٠﴾ ﴾ (سورة الفجر، 27 -30).

فالطمأنينة تنعكس على الرضا، كما أن الطمأنينة مقرونة بالعمل الصالح والإيمان، وهنا يشير البعض إلى أن الطمأنينة هي الجانب الروحي للرضا عن الحياة، وهذا ما أشار إليه (زهران، 1997: 117) أن تربية الفرد تربية دينية أخلاقية يعتبر دعامة لسلوكه السوي وشعوره بالاطمئنان.

5- الرضا عن الحياة الاقتصادية:

يقترن الحياة الاقتصادية بمعدل الدخل ومستوى الأسعار العام فكلما زاد الدخل زاد رضا الفرد عن حياته الاقتصادية في المقابل كلما انخفضت الأسعار يشعر الفرد برضا الحياة، وتشير بعض الدراسات ومنها (سليمان، 2003) أن هناك أثر متوسط للحياة الاقتصادية على الرضا عن الحياة، فيما تشير دراسات أخرى أن مستوى الرضا عن الحياة الاقتصادية مقترن بظروف الآخرين ومقترن بالماضي، وأكد (المالكي، 2011) أن مستوى الدخل لا يؤثر كثيراً على الرضا عن الحياة.

تري الباحثة فى هذا السياق أن الحياة الاقتصادية قد تكون عامل بالوصول إلى نتيجة أعلى بمستوى الرضا عن الحياة ولكن ليست أساسية بالمقارنة بالإيمان بقضاء الله وقدره وعدله.

6- الرضا عن الحياة الصحية:

أشار (Murrell and Meeks, 2001) أن الصحة تعتبر عاملاً مؤثراً على الرضا عن الحياة واتفق معهم سليمان (2003: 105) حيث أشار إلى أن الرضا عن الحياة الصحية له أثراً على الرضا العام عن الحياة، وهذا ما أكدته أيضاً نتائج دراسة (الكندري، 2009) والتي أشار فيها إلا أن الصحة العامة الجيدة للفرد تمكنه من بذل الجهد لمواجهة التوتر وظروف الحياة، فالذي يتمتع بصحة جيدة يمكنه بذل الجهد لتحقيق طموحه وبالتالي فإن رضاه عن الحياة يتأثر بصحته.

فالصحة ترتبط بدرجة الرضا عن الحياة وهي واحدة من أسبابها الرئيسية، ولكن تجدر الإشارة إلا أنه لا يوجد تعريف محدد للصحة، لكن نجد أن منظمة الصحة العالمية تعرف الصحة على أنها

تكامل الإحساس الجسدي والنفسي والاجتماعي وليست فقط الخلو من الأمراض والعاهات، فالصحة حالة من الإحساس الايجابي.

والصحة لا تتحقق بصورة آلية دون سعي الفرد نحو امتلاكها وتحقيقها وإنما تتوفر كمحصلة فعلية وملموسة لما يقوم به الفرد خلال حياته (رضوان، 2002: 109).

7- الرضا عن الأحوال والأمور الدينية:

إن التقرب من الله يزيد من السعادة والأمن والاستقرار والطمأنينة حيث ربطت العديد من الآيات بين الإيمان والرضا عن الحياة، حتى أن العديد من الدراسات أجنبية كانت أو عربية أظهرت نتائجها أن هناك علاقة بين مستوى التدين والرضا عن الحياة، ومن هذه الدراسات دراسة (Seilk, 2000)، ودراسة (الديب، 1988)، ودراسة (سليمان، 2003).

وأشار عبد المنعم بأن التدين بالأساس من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان التي تبث على الشعور بالرضا عن الحياة والإحساس بالسعادة، والتدين حاجة نفسية إنسانية موروثة فمعظم الأفراد يمارسون شكلاً ما من أشكال التدين، ويمثل لهم محدداً لهويتهم وسبباً من أجله يعيشون أو في سبيله يموتون(عبد المنعم، 2010: 751).

فالشخص المتدين المؤمن بالله يكون أكثر طمأنينة وأقل خوفاً من المستقبل مقبل على الحياة رافعاً شعار ﴿ قُل لَّن يُصِيبَنَآ إِلَّا مَا كَتَبَ ٱللَّهُ لَنَا هُوَ مَوۡلَىٰنَاۚ وَعَلَى ٱللَّهِ فَلۡيَتَوَكَّلِ ٱلۡمُؤۡمِنُونَ ٥١ ﴾ (سورة التوبة، 51).

من وجهة نظر الباحثة ترى أن قوة الإيمان من أهم العوامل التي تجعل الإنسان يشعر بالرضا والتوافق مع الحياة لأن قوة الإيمان والتدين من أهم الحاجات المشبعة لدي الإنسان، والتي تبعث في النفس الطمأنينة والإحساس بالرضا ومعني الحياة خاصة أثناء المرور بالأزمات. فالإنسان يعمل بقدر ما يستطيع ثم يفوض الأمر لله والتسليم له دون قلق أو خوف

الرضا في الأسلام:

قَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ قَالَ ٱللَّهُ هَٰذَا يَوۡمُ يَنفَعُ ٱلصَّٰدِقِينَ صِدۡقُهُمۡۚ لَهُمۡ جَنَّٰتٞ تَجۡرِي مِن تَحۡتِهَا ٱلۡأَنۡهَٰرُ خَٰلِدِينَ فِيهَآ أَبَدٗاۖ رَّضِيَ ٱللَّهُ عَنۡهُمۡ وَرَضُواْ عَنۡهُۚ ذَٰلِكَ ٱلۡفَوۡزُ ٱلۡعَظِيمُ ١١٩ ﴾ (سورة المائدة، 119)، وهنا نلاحظ بأن رضا الله على المؤمنين ورضوا عنه وعلى جنته التي وهبهم إياها وحكمه فيهم وعدله سبحانه وتعالى.

وقَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ وَٱلسَّٰبِقُونَ ٱلۡأَوَّلُونَ مِنَ ٱلۡمُهَٰجِرِينَ وَٱلۡأَنصَارِ وَٱلَّذِينَ ٱتَّبَعُوهُم بِإِحۡسَٰنٖ رَّضِيَ ٱللَّهُ عَنۡهُمۡ وَرَضُواْ عَنۡهُ وَأَعَدَّ لَهُمۡ جَنَّٰتٖ تَجۡرِي تَحۡتَهَا ٱلۡأَنۡهَٰرُ خَٰلِدِينَ فِيهَآ أَبَدٗاۚ ذَٰلِكَ ٱلۡفَوۡزُ ٱلۡعَظِيمُ ١٠٠ ﴾ (سورة التوبة، 100)، وهنا رضوان من الله على المسلمون الأوائل السابقون من المهاجرين ومن ناصرهم ومن اتبعهم، ورضوانهم على حكم الله وجنته التي أعدها لهم.

وقَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ ۞ لَّقَدۡ رَضِيَ ٱللَّهُ عَنِ ٱلۡمُؤۡمِنِينَ إِذۡ يُبَايِعُونَكَ تَحۡتَ ٱلشَّجَرَةِ فَعَلِمَ مَا فِي قُلُوبِهِمۡ فَأَنزَلَ ٱلسَّكِينَةَ عَلَيۡهِمۡ وَأَثَٰبَهُمۡ فَتۡحٗا قَرِيبٗا ١٨ ﴾ (سورة الفتح، 18)، وهنا رضوان الله وسكينته على من بايع الرسول صلى الله عليه وسلم تحت الشجرة.

وذكر سبحانه وتعالى في سورة (المجادلة، 22)، الرضا حيث قَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ لَّا تَجِدُ قَوۡمٗا يُؤۡمِنُونَ بِٱللَّهِ وَٱلۡيَوۡمِ ٱلۡأٓخِرِ يُوَآدُّونَ مَنۡ حَآدَّ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ وَلَوۡ كَانُوٓاْ ءَابَآءَهُمۡ أَوۡ أَبۡنَآءَهُمۡ أَوۡ إِخۡوَٰنَهُمۡ أَوۡ عَشِيرَتَهُمۡۚ أُوْلَٰٓئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ ٱلۡإِيمَٰنَ وَأَيَّدَهُم بِرُوحٖ مِّنۡهُۖ وَيُدۡخِلُهُمۡ جَنَّٰتٖ تَجۡرِي مِن تَحۡتِهَا ٱلۡأَنۡهَٰرُ خَٰلِدِينَ فِيهَاۚ رَضِيَ ٱللَّهُ عَنۡهُمۡ وَرَضُواْ عَنۡهُۚ أُوْلَٰٓئِكَ حِزۡبُ ٱللَّهِۚ أَلَآ إِنَّ حِزۡبَ ٱللَّهِ هُمُ ٱلۡمُفۡلِحُونَ ٢٢ ﴾.

وقَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ جَزَآؤُهُمۡ عِندَ رَبِّهِمۡ جَنَّٰتُ عَدۡنٖ تَجۡرِي مِن تَحۡتِهَا ٱلۡأَنۡهَٰرُ خَٰلِدِينَ فِيهَآ أَبَدٗاۖ رَّضِيَ ٱللَّهُ عَنۡهُمۡ وَرَضُواْ عَنۡهُۚ ذَٰلِكَ لِمَنۡ خَشِيَ رَبَّهُۥ ٨ ﴾ (سورة البينة، 8).

وقَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ ثُمَّ قَفَّيۡنَا عَلَىٰٓ ءَاثَٰرِهِم بِرُسُلِنَا وَقَفَّيۡنَا بِعِيسَى ٱبۡنِ مَرۡيَمَ وَءَاتَيۡنَٰهُ ٱلۡإِنجِيلَ وَجَعَلۡنَا فِي قُلُوبِ ٱلَّذِينَ ٱتَّبَعُوهُ رَأۡفَةٗ وَرَحۡمَةٗۚ وَرَهۡبَانِيَّةً ٱبۡتَدَعُوهَا مَا كَتَبۡنَٰهَا عَلَيۡهِمۡ إِلَّا ٱبۡتِغَآءَ رِضۡوَٰنِ ٱللَّهِ فَمَا رَعَوۡهَا حَقَّ رِعَايَتِهَاۖ فَـَٔاتَيۡنَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مِنۡهُمۡ أَجۡرَهُمۡۖ وَكَثِيرٞ مِّنۡهُمۡ فَٰسِقُونَ ٢٧ ﴾ (سورة الحديد، 27).

من خلال مما سبق ترى الباحثة إن مفتاح سر الرضا عن الحياة ينبع من خلال رضائنا بقضاء الله وقدره والإيمان الداخلي بما هو موجود والاقتناع بما كتبه الله لنا والاكتفاء، وترسم الباحثة الطريق إلى الرضا بالحياة وذلك من خلال عدة خطوات أولها الإيمان بقضاء الله وقدره، واليقين بأنه الخير لما كتبه الله لنا، والتفاؤل بالحياة وبكل ما هو آت، وتحسين الحياة الاجتماعية والاقتصادية، وتطوير مفهوم الذات لدى الفرد وتنظيم الوقت وتوزيعه على الأنشطة العملية والعلمية والاجتماعية والترفيهية.

النظريات المفسرة للرضا عن الحياة:

تتعدد النظريات المفسرة للرضا عن الحياة نظراً لاختلاف مفهومها عند علماء النفس، ويتفق علماء النفس على أن الرضا عن الحياة هو ظاهرة من ظواهر علم النفس الايجابي، لكن تم تفسيره بأكثر من نظرية، ومن بين هذه النظريات ما يلي:

نظرية التكيف والتعود:

وتعتمد هذه النظرية بالأساس على اختلاف تصور الفرد تجاه المواقف الجديدة في حياته، والذي يعتمد بدوره على نمط الشخصية، وردود الفعل والأهداف التي يسعى لها الأفراد، ثم العودة إلى النقطة الأساسية التي كانوا عليها قبل الموقف أو المؤثر نتيجة لتعودهم وتأقلهم.

فقد أظهرت بعض الدراسات أن ذوي الاحتياجات الخاصة من المعاقين يتمتعون بنفس درجات الرضا لدى غيرهم من العاديين، وذلك نتيجة لتأقلمهم على وضعهم، فالشعور بالايجابية والرضا عن الحياة يتأثر بدرجات التأقلم والتعود، مع مراعاة بعض الفروق الفردية، حيث أن بعض الأشخاص قد لا يعودوا إلى نقطة البداية الأساسية التي كانوا عليها قبل المؤثر (العش، 2002).

نظرية الخبرات:

أو يسميها البعض نظرية الخبرات السارة، وأصحاب هذا الاتجاه يرون بأن الفرد يمكن أن يحقق رضاً عن حياته عندما تكون خبراته فيها سرور ومتعة وسعادة، بما تولده مشاعر السرور من مشاعر ايجابية تجاه نمط حياته ومجالاتها، مع العلم بأن هذه الظروف ليست مصدر الرضا، بل يتوقف الرضا على إدراك الفرد من خبرات ممتعة وغير ممتعة، أو مواقف ومؤثرات ممتعة وغير ممتعة.

ولقد تبين أن مجرد وضع الأشخاص في حالة مزاجية حسنة تزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة بشكل عام، ولقد أظهرت بعض التجارب والبحوث العلمية بأن مجرد وضع الأشخاص في حالة مزاجية عابرة لها تأثير على الحكم للرضا عن الحياة، بينما أظهرت دراسات أخرى بأن التفكير في أحداث سارة ماضية لم يزد من الرضا عن الحياة، بينما زادت مستويات الرضا عن الحياة عند التفكير بالأحداث الغير سارة (المالكي، 2011: 47).

وهذا يؤكد على أن عمليات المقارنة لها تأثير في الحكم على الرضا عن الحياة، حسب ما ترى نظرية الخبرات السارة.

النظرية الموضوعية:

ويرى رواد هذه النظرية بأن الفرد يرضى عن حياته عندما يعيش في ظروف طيبة، ويشعر بالأمن والنجاح في تحقيق ما يريد من أهداف، فيجد الفرد الصحبة الجيدة ويتزوج بمرأة صالحة، ويسعة لتكوين أسرة متماسكة يسودها المودة والمحبة، وحاصل على عمل جيد، معافاة في بدنه، وبذلك فهو يتمتع بصحة نفسية ايجابية (السبيعي، 2007: 77).

وهناك العديد من الدراسات التي ترى بأن الأفراد الذين يدركون حقيقة أهدافهم وغاياتهم وينجحون في تحقيقها يتمتعون بدرجات مرتفعة من الرضا عن الحياة.

نظرية التقييم:

يمكن قياس الشعور بالرضا عن الحياة لدى الأفراد حسب هذه النظرية من خلال معايير عدة، ومنها ما يعتمد على الفرد ومزاجه وثقافته وقيمه، إذا فالظروف المحيطة بالفرد لها تأثير كبير في شعوره بالرضا عن الحياة.

وهناك العديد من الدراسات التي أشارت بوجود فروق جوهرية في درجات الرضا عن الحياة لدى الأفراد في الثقافات الفردية التي يعتبر فيها الفرد وحدة مستقلة والتي تركز على الحريات والعدالة والثقة بالنفس والقدرة على تحقيق الذات، وتتوفر فيها أساليب الحياة الكريمة (المالكي، 2011: 47).

حيث يقيم فيها الأفراد حياتهم بناء على مشاعرهم واحتياجاتهم الفردية، بخلاف الثقافة السائد، وهنا تبرز أهمية العلاقات الاجتماعية في الشعور بالرضا عن الحياة.

نظرية الفجوة:

ويسميها أصحاب هذا الاتجاه بالفجوة بين طموح الفرد وانجازاته، حيث يعتبروا أن الفرد يرضى عن حياته عند تحقيق طموحاته، أو عندما تكون إنجازاته قريبة من طموحاته وأهدافه، أما الفرد الذي يضع لنفسه طموح أعلى من قدراته واستعدادته وخبراته وإمكاناته فإنه حتماً لن يستطيع الوصول إليها، هذا ما يجعله ساخطاً متذمراً من حياته، حزيناً على الماضي قلقاً من المستقبل.

وهنا يرى أصحاب هذا الاتجاه بأن الفرد عليه وضع طموحات تحت سقف إمكانياته وقدراته سواء المادية أو العلقلية والثقافية، فبقدر ما يشعر الفرد بالنجاح والتوفيق والكفاءة والقدرة على تحقيق الأهداف يشعر بالمقابل برضا عن حياته (مرسي، 2000: 202).

نظرية المقارنة الاجتماعية:

ومن أصحاب هذه النظرية (Easterlin) والذي يرى بأن الفرد يشعر بالكفاءة والجدارة والقيمة ويقدر ذاته ويحققها عندما يقارن نفسه وقدراته بالآخرين، من نفس الثقافة والمستوى، ويتملك الفرد شعوراً بالسعادة إذا كانت ظروفه أفضل من المحيطين به، فالرضا عن الحياة يعتمد على المقارنة بين المعايير الموضوعية أو الفردية أو الثقافية أو الاجتماعية أو المادية، من ناحية وما تم تحقيقه على أرض الواقع من ناحية أخرى، وقد تشمل المقارنة بين الأفراد والجمعات المحيطة كالدول أو المجتمعات المختلفة.

فالتفوق على الآخرين في جميع المعايير الذاتية والاجتماعية والاقتصادية من أهم مصادر الرضا عن الحياة، كذلك تعتب عملية المقارنة مع الآخرين واحدة من الطرق التي يستخدمها الأفراد في إرساء مقاييسهم (المالكي، 2011: 48).

ويرى مرسي (2000) بأن هناك العديد من التجارب التي تثبت بأن الأفراد تحت ظروف المشقة أو الذين لهم تقدير ذات منخفض يختارون مقارنة أنفسهم بمن هم أقل منهم مكانة لتحسين صورة الذات لديهم وتحسين الصحة النفسية بشكل عام.

من خلال ما سبق ترى الباحثة أنه لا يمكن أن يحقق الفرد شعوراً مرتفعاً من الرضا عن حياته إلا إذا تكاملت العديد من العوامل الصحية والنفسية والمادية والمعنوية والاجتماية والاقتصادية إضافة إلى الحاجة للتدين، والتقرب من الله، والايمان بالقضاء والقدر خير وشره.

ومن النواحي النفسية ترى الباحثة بأن الفرد إن عاش في ظروف طيبة آمنة، وأدرك خبراته السارة، وحقق أهدافه وتغلب على المشكلات والصعوبات التي تواجهه، وكانت طموحاته تحت إمكاناته وقدراته، ناجح في دراسته وعمله وأسرته محققاً لنفسه ومقدراً لذات، سيشعر بالرضا عن الحياة، وبنسب مررتفعة مع الأخذ بعين الاعتبار الفروق الفردية بين الأفراد في النسق الاجتماعي الواحد.

تعقيب عام على المحور الأول:

تناولت الباحثة في هذا المحور مفهوم الرضا عن الحياة، حيث أنه من المتغيرات النفسية الايجابية التي ازداد الاهتمام بها في الآونة الأخيرة، لما لها من تأثير في توافق الفرد وصحته النفسية، وللرضا عن الحياة عدة أبعاد وتتبنى الدراسة الحالية أبعاداً تلاءم فئة الدراسة وخصوصية المجتمع الفلسطيني والتي تمثلت، بالسعادة، الرضا عن العلاقات الاجتماعية، التقدير الاجتماعي، الطمأنينة، الرضا عن الحياة الاقتصادية، الرضا عن الحياة الصحية، الرضا عن الأمور الدينية.

وترى الباحثة بأن الرضا عن الحياة يتحقق من خلال خبرات الفرد السابقة، فإن كانت خبراته سارة، فيكون راضياً عن حياته، ومستوى معيشته، أما إن كانت غير ذلك فينخفض لديه مستوى الرضا عن الحياة وهذا ما تبنته الباحثة من خلال عرضها لنظريات والتي رأت أن نظرية الخبرات هيا التي تتاخد الحيز الاكبر بواقعنا الاجتماعي وبمستوي رضانا عن الحياة، طبقا للمواقف السارة التي نمر بها.

ويشكل السجن خبرة سابقة مؤلمة لفئة الدراسة لذا ترى الباحثة من الضروري التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى فئة الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والذي من شأنه أن يقودنا إلى طبيعة خبرة الأسر ووقعها على فئة الدراسة وعلى الأسرى الذين لازالوا قابعين في سجون الاحتلال، كما تري الباحثة أن مستوي الرضا عن الحياة يتحدد من خلال الايمان بالقضاء والقدر وكل ماكتبه الله لنا.

ويعتبر متغير الرضا هام كونه متغيراً ايجابياً نسبياً يساعد الفرد على تحقيق أهدافه، لاسيما وأنه يحقق الرضا من خلال عقد مقارنات بينه وبين أقرانه، ومقارنات بين ما وضع لنفسه من أهداف وما حقق من أهداف حتى اللحظة.

المحور الثاني: قلق المستقبل

يعتبر القلق من العوامل الأساسية المؤثرة في شخصية الإنسان، وهو يعتبر أحد الانفعالات الإنسانية وجزء طبيعي في سلوك الفرد وله آثاراً سلبية على مجالات الحياة المختلفة. وبناء على ذلك كان القلق ولا زال أحد الموضوعات الهامة ومحط اهتمام الباحثين والمختصين، لما له من علاقات مختلفة ببعض المشكلات النفسية والاجتماعية لدى الأفراد والجماعات.

والقلق كلمة أصلها (Angustia) وتعني الضيق الذي يحصل في القفص الصدري لا إرادياً نتيجة عدم قدرة البدن على الحصول على مقادير كافية من الأوكسجين، ويلاحظ أن الشخص إذا شعر بأنه مهدد يعيش في عالم معاد له ويتوقع مكروهاً ما ينطوي على نفسه في عزلة وضيق وهو إجراء اضطراري ليحمس نفسه من العالم المعادي (الأزرق، 2002: 81 –82).

مفهوم القلق:

إن المتتبع لمفهوم القلق لدى الباحثين والمختصين يجد تبايناً ملحوظاً في نظرتهم للقلق، ويرجع هذا الاختلاف إلى اختلاف مجالات دراسة القلق، على أي حال سنحاول في هذا الجزء التعرف على آراء المختصين حول مفهوم القلق:

عرف عزت القلق على أنه ظاهرة طبيعية وإحساس وشعور وتفاعل مقبول ومتوقع تحت ظروف معينة(عزت، 1982: 99).

وأضاف عزت أن القلق قد يكون وظيفة حيوية تساعد الفرد على النشاط بهدف حفظ الحياة ويشكل القلق مشكلة حين يكون عبارة عن خوف دون سبب ظاهري أو سبب مفهوم.

أما فرويد (Freud) فعرف القلق على أنه نتاج الصراع بين عناصر الشخصية الثلاثة الهو والأنا والأنا الأعلى، فهو بذلك شعور غامض غير سار بالخوف والتحفيز والتوتر مصحوب ببعض الأعراض الجسمية، وهو رد فعل لحالة معينة أو خطر ما (العنزي، 2010: 54).

أما هورني (Horney) فعرفت القلق على أنه حالة ترجع إلى ثلاثة عناصر أساسية وهي الشعور بالعجز، والشعور بالعداوة والشعور بالعزلة (فهمي، 1998: 204).

وهنا يعتقد فهمي أن القلق يتعلق بوجود عدة مصادر رئيسية تكمن في أشكال المعاملة داخل الأسرة الواحدة(فهمي، 1998: 204).

والقلق عند زهران حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصاحبها خوف غامض، وأعراض نفسية وجسمية(زهران، 1978: 397).

كذلك يرى الكفافي بأن القلق خبرة انفعالية غير سارة يشعر بها الفرد عندما يتعرض لمثير مهدد ومخيف، أو عندما يقع في موقف صراعي أو احباط حاد، وكثيراً ما يصاحب هذه الحالة الانفعالية الشعورية بعض المظاهر الفسيولوجية خاصة عندما تكون نوبة القلب حادة مثل زيادة ضربات القلق وزيادة التنفس وارتفاع ضغط الدم، إضافة إلى فقدان الشهية وزيادة إفراز العرق والارتعاش في الأطراف كما قد يتأثر إدراك الفرد للموضوعات المحيطة به في موقف القلق(الكفافي، 1990: 342).

وتعرف الجمعية الأمريكية للطب النفسي القلق على أنه خوف وتوتر وضيق ينبع من توقع خطر ما يكون مصدره مجهولاً إلى درجة كبيرة ويعد مصدره كذلك غير واضح ويصاحب كلاً من القلق والخوف بعض التغيرات الفسيولوجية لدى الفرد(A. P. A, 1994: 435).

أما هاروليندفنك فيعرف القلق بأن حالة من عدم الاتزان المستمر تنشأ بسبب وجود صراع داخل الفرد فيما بين الاستجابات الانفعالية(هاروليندفنك، 1997: 122).

ويعرف عكاشة (1998) القلق على أنه شعور غامض لا يبعث بالسرور بل بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب بإحساس حسمي يعمل على زيادة النشاط العصبي اللاإرادي الذي يأتي في نوبات تتكرر في نفس الفرد وذلك مثل ضيق التنفس، ونبضات القلق والصداع.

أما سبيلبيرجر (Spielberger) فيفرق بين القلق كسمه، والقلق كحالة، فالقلق كسمة عنده عبارة عن استعداد سلوكي مكتسب في معظمه، يظل كامن عند الانسان لتنبيهه، ويعمل على تنشيط المنبهات لديه سواء أكانت تلك المنبهات داخلية أو خارجية، فالقلق كسمة عبارة عن استعداد.

أما القلق كحالة فيرى أن حالة انفعال مؤقتة يمر بها الإنسان في موقف يدعو للقلق فينشط جهازه العصبي وتتوتر عضلاته ويستعد لمواجهة الموقف وتزول هذه الحالة بزوال الموقف، فيعود الإنسان إلى طبيعته (القرشي، 2012: 27).

ويعرف أبو مصطفى القلق على أنه خبرة انفعالية غير سارة تحمل إشارة خطر مجهول غير محدد ويحتمل أن يحدث وتصاحبه تغيرات جسمية ونفسية، وقد ينمو في مرحلة الطفولة المبكرة(أبومصطفي، 1999: 23).

بينما تم تعريف القلق على أنه حالة مرضية تتصف بالشعور بالرعب وبوجود عدد من الأعراض يشترط توفر ثلاث منها على الأقل هي: وجود صعوبة في التركيز وسرعة الانفعال وتوتر العضلات وإجهادها واضطرابات عند النوم، مع بعض الأعراض العضوية التي تشير إلى نشاط زائد للجهاز العصبي اللاإرادي (حجازي، 2003: 15)

أما العناني فترى أن القلق عبارة عن إشارة لإنذار شخص ما من حدوث كارثة أو احساس بالضياع في موقف شديد الدافعية مع شعور هذا الشخص بعدم التركيز والتشتت والعجز عن الوصول إلى حل(العناني، 2000: 111).

والقلق عند الأزرق حالة من الخوف الغامض المعمم الذي نشر سحبه حول المرء ويكون نتيجة عوامل عديدة وتجارب ماضية تركت آثاراً سلبية في حياة الإنسان، وهو حالة من عدم الارتياح وفقدان للتوازن النفسي والبدني تثير صراعات داخلية وتكون نتيجة استثارات انفعالية (الأزرق، 2002: 80).

والقلق عند فراج هو شعور عام بالفزع والخوف من شر مرتقب وكارثة توشك أن تحدث، والقلق استجابة لتهديد غير محدد كثيراً ما يصدر عن الصراعات اللاشعورية ومشاعر عدم الأمن والنزاعات الغريزية الممنوعة المنبعثة من داخل النفس وفي الحالتين يهيئ الجسم إمكانياته لمواجه التهديد، فتتوتر العضلات، ويتسارع النفس ونبضات القلب(فراج، 2006: 219).

واستخلص الحمداني تعريفاً للقلق بأنه نذير بأن هناك شيئاً ما سيحدث ليهدد أمن الفرد وتوازنه وطمأنينته فهو بمثابة جرس الانذار الذي يعد لمواجهة الخطر(الحمداني، 2011: 158)

أما جودة فتعرف القلق على أنه خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عندما يشعر بخوف أو تهديد من شيء لا يستطيع تحديده تحديداً واضحاً(جودة، 2012: 139).

ومن خلال التعريفات السابقة فأن الباحثة ترى أن القلق عبارة عن رد فعل طبيعي للحالة المزاجية التي تسيطر على الفرد في إطار محدد وقد يصاحبه اضطرابات جسدية معينة بحيث تتلاشي عند وصول الشخص إلى حالة الطمأنينة والتخلص من المثيرات المسببة للقلق.

أنواع القلق وتصنيفاته:

اختلف العديد من الباحثين والمهتمين بموضوع القلق في تصنيفهم لأنواع القلق وقد يرجع ذلك إلى اختلافهم في تحديد مفهوم دقيق للقلق، أو نظراً لاختلاف نظرتهم في القلق، وستتعرض الباحثة لأنواع القلق وتصنيفاته بشيء من التفصيل والتفسير:

يرى الأزرق (2002: 89) أن القلق بشكل عام ينقسم إلى نوعين هما:

1- **القلق العادي الموضوعي:** وهو قلق نابع من الواقع ومن ظروف الحياة اليومية وهذا النوع من أنواع القلق يمكن تحديد مصدره وحصر مسبباته ويكون في الغالب محدود الزمان والمكان، وينتج عن أسباب خارجية واقعية معقولة.

2- **القلق المرضي "العصابي":** وهو ملازم للفرد لمدة طويلة ويصعب تحديده لكن يمكن الاستدلال عليه من سلوك صاحبه وأسلوب حياته وقد لا يشعر المصاب بآثاره إلا بشعور غامض وبعد فترة.

فالقلق المرضي قلق داخلي غامض غير محدد المعالم تختلف شدته وعمقه من شخص لآخر وهنا نجد أن الفرد يجهل مصادر قلقه ولا تأتي تصرفاته وردود أفعاله جواباً على عوامل ومسببات معينة، بل على تهديدات غامضة وشاملة وهنا نلاحظ بأن رد الفعل يكون عشوائياً وبسلوك فوضوي، وقد لا يقضي هذا السلوك على الحالة بل يفاقم من آثارها ويزيد حالات التوتر لدى الفرد، والقلق المرضي يصبح لدى البعض سلوكاً ملازماً للفرد (فراج، 2006: 222).

بينما يتعرض الفرد للقلق العادي الموضوعي في فترة محدودة ثم ينجلي، وهو مفيد للفرد لأنه يجعل الفرد أكثر انتباهاً وتركيزاً وقدرة على المواجهة، وأكثر استعداداً لمعالجة الظروف الطارئة والمواقف التي تهدد الفرد وسلامته وأمنه وتوازنه الحيوي والاجتماعي (الأزرق، 2002: 90).

أما فرويد (Frued) فصنف القلق على أنه ثلاثة أنواع ذكرها (القاضي، 2009: 15–16) بما يلي:

1- **قلق واقعي:** وهو يشير إلى القلق الناشئ عن الخبرة الإنفعالية المؤلمة والتي تنشأ عن إدراك الشخص لخطر خارجي كان يتوقعه.

2- **قلق عصابي:** وهو يعبر عن القلق الذي يكون مصدره مجهولا ولا يعرف له سببا، القلق المرضي الغامض، وسبق الإشارة إليه.

3- **قلق خلقي:** وهو يشير إلى الخبرة الانفعالية المؤلمة التي تنشأ عن شعور الفرد بالذنب أو الخجل نظرا لقيام هذا الشخص بارتكاب فعل يتعارض مع الأخلاق.

أما جودة (2012: 142) فوضعت تصنيفاً مفصلاً للقلق كالتالي:

- **من حيث وعي الفرد به:**

1. **قلق شعوري:** يعي الفرد أسبابه ويمكنه تحديدها والتصدي لها ويزول في الغالب بزوال تلك الأسباب.
2. **قلق لاشعوري:** لا يدرك الفرد مبرراته ودواعيه رغم سيطرته على سلوكه.

- **من حيث شدته:**

1. قلق بسيط.
2. قلق حاد.
3. قلق مزمن.

- **من حيث درجة تأثيره على أداء الفرد لواجباته ومهامه:**

1. قلق ميسر.
2. قلق منشط للأداء.
3. قلق مثبط ومضعف.

- **من حيث تأثيره على توافق الفرد وصحته النفسية:**

1. قلق عادي واقعي.
2. قلق خلقي ضميري.
3. قلق عصابي.

ولا يمكن لباحث ما دراسة قلق المستقبل بعيداً عن القلق والتعرف على أنواعه وتصنيفاته ومفاهيمه، لاسيما وأن العديد من المختصين وعلماء النفس اعتبروا أن قلق المستقبل نوع من أنواع القلق فمنهم من ربط بين القلق وقلق المستقبل ومنهم من اهتم بالتفريق بين القلق وقلق المستقبل.

حيث أشار البعض إلا أن هناك فرقاً بين القلق وقلق المستقبل، فالقلق شعور عام بالخوف والتهديد وقلق المستقبل حالة من الانشغال وعدم الراحة والخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعداً فالإنسان عندما ينظر للمستقبل يخشى مخاطره وأحداثه، ويؤكد (زاليسكي، 1996) (Zaleskil, 1996) أن هناك العديد من أنواع القلق وقلق المستقبل هو أحد الأنواع، فبالرغم أن جميع أنواع القلق لها بعد مستقبلي محدود (أي لفترات قصيرة)، بينما يشير قلق المستقبل إلى فترات زمنية بعيدة المدى.

وتؤكد الشقير (2005: 4) أن قلق المستقبل جزء من القلق العام، وأحد أنواع القلق فهو يشكل خطر في حياة الفرد، والخوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة يعيشها الفرد وتجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر والشعور بعدم الاستقرار وتسبب هذه الحالة شيئاً من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي إلى اضطراب حقيقي خطير مثل "الاكتئاب"(الشقير، 2005: 4).

إذاً قلق المستقبل هو أحد أنواع القلق المعروفة والمتعددة ويختلف عن باقي أنواع القلق في أنه يختص بالمدى البعيد، وهو ناتج عن توقع خطر ما أو كارثة مستقبلية.

مصادر القلق:

بعد دراسة أنوع القلق وتصنيفاته، سنتناول مصادر القلق لدى الأفراد، تمهيداً للتعرف على قلق المستقبل من حيث المفهوم وأسباب قلق المستقبل، وآثاره وأعراضه.

حيث أشار الأزرق أنه لا يسلم من القلق إنسان على ظهر البسيطة فالحياة الواعية تعني القلق وإنما الفروق بين الأفراد في درجات القلق ومصادره وتقبلهم للمؤثرات واستجابتهم لها، وردود أفعالهم عند وقبل وبعد القلق (الأزرق، 2002: 109).

وذكرت جودة (2012: 141) مجموعة من مصادر القلق والتي تمثلت بالآتي:

1- الأذى أو الضرر الجسدي لبعض الأفراد في مواقف معينة تسيطر عليهم فكرة الإصابة ببعض الأمراض أو القتل في الحروب والكوارث.

2- الرفض أو النبذ: فالخوف من رفض الآخر لنا ومن أنه لا يبادلنا مشاعر الحب والمودة، يجعلنا غير مطمئنين في المواقف الاجتماعية.

3- عدم الثقة: ويعد نقص الثقة في أنفسنا أو في غيرنا في المواقف والخبرات الجديدة مصدراً للقلق.

4- الإحباط والصراع: يعد القلق محصلة طبيعية لفشلنا سواء أكان في إرضاء دوافعنا أو تحقيق طموحاتنا أو في فض المواقف الاجتماعية.

5- الاستعداد الوراثي لبعض الحالات.

6- الاستعداد النفسي: الضعف النفسي العام.

7- مواقف الحياة الضاغطة، فالضغوط التقنية الناجمة عن التغيرات المتسارعة والعولمة.

8- مشكلات الطفولة والمراهقة الشيخوخة.

9- عدم التطابق بين الذات الواقعية والذات المثالية وعدم تحقيق الذات.

وأضاف الأزرق (2002: 111- 116) أن من مصادر القلق:

1. تبني المرء لمعتقدات متناقضة أو مخالفة لسلوكه الظاهري.

2. عدم قدرة الفرد على إطلاق العنان لطاقاته النفسية والبدنية والديناميكية.

3. مقارنة الفرد لنفسه وخبراته بخبرات وقدرات الآخرين من نفس المستوى.

4. تبني الفرد للمشاعر المكبوتة والتخيلات والتصورات الشاذة، وبعض الذكريات اللأخلاقية.

5. الأفكار العدوانية والنزعات الجنسية.

وترى الباحثة أن مصادر القلق القلق السابقة تعد شاملة لكل المصادر التي قد تكون سبب في قلق الأنسان وان الطاقة النفسية المقيدة لدي الفرد والسلبية لها دور كبير في ازدياد القلق وكما تضيف الباحثة إلى أن ضعف الوازع الديني وضعف الايمان بالله يعد مصدراً لقلق الفرد في أغلب مواقف الحياة التي نمر بها بصفة دائمة ويمكن ان نتجاوزه عن طريق الأيمان بالله وتقويته.

قلق المستقبل:

المستقبل مكان للتخطيط ووضع الأهداف وتحقيقها فبهذا يكون المستقبل ذات نزعة ايجابية تحفيزية للفرد، مع ذلك فإن المرء غير متأكد من قدرته على تحقيق أهدافه المخطط لها، ويمثل قلق المستقبل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوفاً من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة يعيشها الفرد تجعله يشعر بلا أمن وتوقع الأخار وعدم الاستقرار وتسبب له حالة من التشاؤم واليأس هذا ما قد ينتج عنه اضطرابات نفسية وعصبية خطيرة (حمزة، 2005: 97).

مفهوم قلق المستقبل:

كما تعددت تعريفات القلق نجد أن تعريفات قلق المستقبل أيضاً تعددت وتباينت، نظراً لاختلاف نظرات ووجهات رأي الباحثين فيه وللفئة المستهدفة، ومن بين تعريفات قلق المستقبل ما يلي:

عرفت عبد الباقي قلق المستقبل بأنه مزيج من الرعب والأمل بالنسبة للمستقبل والاكتئاب والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس بصورة غير مقبولة(عبد الباقي، 1993: 170).

ويتفق مع التعريف السابق معوض حيث أكد على أن قلق المستقبل عبارة عن قلق ناتج عن التفكير في المستقبل، فالشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو الشخص الذي يعاني من التشاؤم من المستقبل والاكتئاب والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس كما أنه يتميز بحالة من السلبية والانطواء والحزن والشك والتثبيت والنكوص وعدم الشعور بالأمن(معوض، 1996: 68).

ويرى القاسم أن قلق المستقبل حالة من الشعور بالاضطراب وعدم الارتياح المتعلق بحوادث المستقبل وانشغال الفكر وترقب الشرور (القاسم، 2000: 147).

وقلق المستقبل عند العكايشي عبارة عن حالة من التحسس الشخصي وحاجة يدرها الفرد تشغل تفكيره على شكل شعور بالضيق والتوتر والخواف الدائم وعدم الارتياح تجاه المثيرات التي يتوقع حدوثها في المستقبل (العكايشي، 2000: 13).

أما المهدي فأشار إلى أن قلق المستقبل حالة من التحسس الذي يدركها المرء على شكل شعور من الخوف والتوجس مما تخفيه الأيام المقبلة(المهدي، 2001: 10).

وعرفت صبري قلق المستقبل على أنه خوف من شر وخطر مرتقب في المستقبل فقلق المستقبل عبارة عن تكامل بين قلق الماضي والحاضر (صبري، 2003: 60).

أما العشري فاعتبر أن قلق المستقبل نوع من أنواع القلق المرتبط بتوقع الفرد للأحداث والأخطار المستقبلية (لعشري، 2004: 148).

أما السبعاوي فعرفت قلق المستقبل على أنه حالة انفعالية غير سارة تحدث لدى الفرد من وقت لآخر تتميز هذه الحالة بعدة خصائص منها شعوره بالتوتر والضيق والخوف الدائم وعدم الارتياح والكدر والغم وفقدان للأمن النفسي تجاه المثيرات التي تهدد قيم الفرد وكيانه ويقترن ذلك بتوقع ترقب الخطر المجهول الممكن حدوثه في المستقبل وقد تكون هذه الحالة مؤقتة أو سمة مستمرة (السبعاوي، 2008: 6).

من خلال التعريفات السابقة توصلت الباحثة إلي أن قلق المستقبل هو حالة نفسية انفعالية تمتلك الفرد حينما يفكر بما هو مجهول بالغد المقبل وتنتج هذه الحالة عن قلة الوازع الديني وعدم الثقة بالنفس وقلة الإيمان بما هو مقدر ومكتوب.

أسباب قلق المستقبل:

يعتبر المستقبل مصدر من مصادر القلق لدى الأفراد على اختلاف أعمراهم وميولهم باعتباره محطة لتحقيق الرغبات والطموحات وتحقيق الذات وقلق المستقبل أصبح ظاهرة واضحة في عصر التغيرات (السعود، 2004: 62).

ترجع أسباب قلق المستقبل إلى ما يلي (العنزي، 2010: 63):

1. عدم القدرة على التكيف مع المشكلات العصرية.
2. عدم القدرة على الفصل بين الأمنيات والتوقعات المبنية على الواقع.
3. التفكك الأسري والاجتماعي.
4. الشعور بعد الانتماء والاستقرار سواء داخل الأسرة أو المؤسسة أو المجتمع بصافة عامة.
5. نقص القدرة على التكهن وتوقع المستقبل وأحداثه.
6. الشعور بعدم الأمان والإحساس بالتشتت.

وتضيف العناني (1995: 115) خبرات مؤلمة سابقة، ضغوط الحياة المعاصرة، الطموح الزائد.

ويضيف إلى ذلك أحمد (2001: 437) أن أسباب قلق المستقبل يعود إلى العديد من العوامل وأهمها:

1. الطموح الزائد.
2. عجز الفرد في الحاضر.
3. طغيان الجوانب المادية في الحياة المعاصرة.

وقد ينشأ قلق المستقبل من الأفكار اللاعقلانية وتفسير الظواهر والمواقف بطريقة غير منطقية، وفقدان السيطرة على المشاعر (الشقير، 2005: 4).

ولقد أضاف (المسعود، 2006: 51 –54) ما يلي:

1. نقص القدرة على التكهن بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لبناء الأفكار وصياغتها.

2. الشك لدى الفرد بمن يحيط به وقدراتهم على رعايته وتقديم المساعدة.

3. الخبرات الشخصية المتراكمة، واتجاهات الشخص الحياتية.

4. تدني مستوى القيم الروحية والأخلاقية.

5. الضغوط النفسية وعدم التكيف مع الآخرين والمحيطين.

وترى الباحثة أن هناك أسباب أخرى لقلق المستقبل ومنها الظروف الاقتصادية والأمنية السيئة، الظروف الثقافية، ضعف الثقة بالنفس، وضعف الإيمان بالله، والقضاء والقدر.

أعراض قلق المستقبل:

عند دراسة أعراض القلق من المستقبل نلاحظ بأن معظم المهتمين اهتموا بدراسة أعراض قلق المستقبل على أنه قلق عصابي بعيداً عن الأنواع الثانية، وكان هدفهم من وراء ذلك أن بعض أعراض القلق العصابي تنطبق على كافة أنواع القلق الأخرى، ويرى البعض بأن أعراض القلق الغير عصابي لا تشكل أعراضه هاجساً للفرد، لكن القلق العصابي هو من يترك أعراضاً ملحوظة وتلازم الفرد فترات أطول، على أي حال سأقوم بالتعرف على أعراض القلق التي ذكرها المختصون والباحثون بشيء من التفصيل:

أولاً: الأعراض النفسية:

هناك العديد من الأعراض النفسية للقلق ومنها:

التوتر والاهتياج العصبي: ويتمثل في الحساسية المفرطة بالضوضاء وسرعة الاستثارة وتوقع الشرور والأخطار، وفقدان الأعصاب لأقل وأتفه الأسباب فقد يصاب الفرد القلق بالانزعاج الشديد لمجرد طرق الباب من حوله، أو رنين هاتفه (جودة، 2012: 142).

شرود الذهن وضعف التركيز والنسيان وتواتر الأفكار المزعجة، والصعوبة في تنظيم المعلومات واستدعاءها واستخدامها، وتجنب المواقف الاجتماعية وفقدان الشهية وتناقص الاهتمام بالجوانب الترفيهية الترويحية، وتناقص التوجه نحو المستقبل والحياة (جودة، 2012: 142).

ويضيف عثمان (2000: 4) الشعور بالخوف وعدم الراحة، وترقب حدوث المكروه، وتشتيت الانتباه والأرق وعدم القدرة على النوم والأحلام المزعجة، والشعور بالاختناق وسيطرة مشاعر الاكتئاب.

ثانياً: أعراض جسمية:

يصاحب القلق من المستقبل شحوب الوجه، واتساع حدقة العين وظهور تعابير الخوف وبرودة الأطراف وسرعة نبضات القلب وجفاف الحلق وعسر الهضم وآلام بالمعدة والأمعاء وصعوبة التبول والضعف العام للجسم، ونقص الطاقة الحيوية والنشاط وتوتر العضلات وكثرة النشاط الحركي، ومص الابهام وقضم الأظافر ورمش العينين (العناني، 2000: 114).

وتصنف جودة (2012: 143 -144) الأعراض الجسمية إلى:

- أعراض مرتبطة بالقلب: كالآلام العضلية، ارتفاع ضغط الدم، وسرعة دقات القلب.
- أعراض مرتبطة بالجهاز الهضمي: الشعور بغصة في الحلق، عسر الهضم، الغثيان والقيء أحياناً، المغص الشديد، الاسهال أو الإمساك، وهذه الأعراض قد تتفاقم وتؤدي إلى قرحة في المعدة.
- أعراض مرتبطة بالجهاز التناسلي: كثرة التبول والإحساس بإلحاحه لاسيما عند الأحداث الضاغطة، وربما العكس من ذلك كاحتباس البول مصحوبة برغبة شديدة بالتبول، وخلل في وظائف الأعضاء الجنسية، واضطرابات الطمث، وعدم انتظامها.
- أعراض مرتبطة بالجهاز العضلي والحركي: الآلام العضلية بالساقين، وآلام بالذراعين، والظهر والرقبة، والإنهاك الجسدي، الرعشة، وارتجاف الصوت.
- أعراض جلدية: مثل حب الشباب والإكزيما، والبهاق والصدفية، وتساقط الشعر.

ثالثاً: الأعراض المعرفية:

مثل التطرف في الحكم على المواقف والأشخاص، والتصلب (أي مواجهة المواقف بطريقة واحدة، وباتجاه واحد)، بناء اتجاهات ومعتقدات حول النفس والحياة والمستقبل غير منطقية، كالجمود العقائدي، والميل للاعتماد على الأقوياء، والعجز عن التصرف بحرية (المشيخي، 2009: 19).

وهذا كله يسبب الحكم الخاطئ على المواقف والانفعال لأتف الأسباب واتخاذ قرارات ومواقف سلبية ولا منطقية.

آثار قلق المستقبل:

يجمع الباحثين والمهتمين بموضوع قلق المستقبل بأن قلق المستقبل آثاره سلبية، والمتتبع لمفهوم قلق المستقبل يجد أن هناك العديد من الآثار السلبية له، وجمع المشيخي (2009: 55 -56) هذه الآثار بما يلي:

1- الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل والجمود وقلة المرونة والاعتماد على الآخرين.

2- عدم تحقيق الذات، واضطرابات متعددة الأشكال وانحراف واختلال ثقة الفرد بنفسه.

3- الشعور بالتوتر والانزعاج واضطرابات النوم والتركيز والتفكير، وسوء إدراك الأحداث والانطواء على النفس والشعور بالوحدة، والاغتراب.

4- العرضة للانهيار العقلي والبدني.

5- الهروب من الماضي والحاضر والتشاؤم والتعنت واستخدام صلابة الرأي في معظم المواقف.

6- التوقع السلبي لمعظم الأحداث.

7- التقوقع داخل الروتين والخوف من التجديد.

8- الالتزام بالنشاطات الوقائية.

9- الاعتمادية والعجز واللاعقلانية.

10- انعدام الطمأنينة على الرزق والمكانة والصحة وغيرها .... .

وأضاف العنزي (2010: 66) آثاراً أخرى وهي:

11- الشك في الكفاءة الشخصية واستخدام أساليب الإجبار والإكراه في التعامل مع الآخرين.

12- استخدام ميكانزمات الدفاع مثل النكوص والإسقاط والتبرير والكبت.

النظريات المفسرة لقلق المستقبل:

اختلفت آراء العلماء حول تفسير القلق كل من زاويته الخاصة، بحيث سعى كل واحد منهم إلى تأكيد موقفه وإعطاء براهين على ذلك. انطلاقا من آراء فرويد الأولى ثم آراءه الثانية، بعد تعديل الآراء الأولى دخولا بعدد كبير من النظريات نحاول أن نذكر البعض منها.

نظرية فرويد الأولى في القلق:

أدرك فرويد من خلال تعامله مع حالات الإمراض العصابية إن معظم هذه الحالات يسيطر عليها القلق، ومن هذا الاتجاه حاول فرويد أن يفهم معنى القلق العصابي، وحاول إن يصل إلى تفسير معقول يستطيع إن يفسر به جميع أنواع القلق العصابي وقد أعتمد فرويد في ذلك على كثير من الملاحظات والبيانات الإكلينيكية التي استمدها من خبرته الطريفة في علاج الأمراض العصابية(نجاتي، 16:1989) .

وقد ميز فرويد نوعين من القلق : "القلق الموضوعي" و "القلق العصابي".

القلق الموضوعي :أقرب أنواع القلق إلى السواء، ويكون القلق في هذه الحالة وظيفة إعداد الفرد لمقابلة هذا الخطر بالقضاء عليه أو يتجنبه أو بإتباع أساليب دفاعية إزاءه (المصري، 16:2011)

القلق العصابي : وهو ينشأ نتيجة محاوله المكبوتات الإفلات من اللاشعور والنفاذ إلى الشعور والوعي وهو يرجع إلى عامل خارجي، وهو يقابل الهي الغريزية (قحطانى، 26:2008).

وأخيرا ينتهي فرويد إلى أن القلق ينتج عن كبت رغبة جنسية أو إحباطها ومنعها من الإشباع، وحينما تمنع الرغبة الجنسية من الإشباع تتحول على قلق، ويتم هذا التحول بطريقة فيزيولوجية بحتة، وهذا ما أدى إلى إبعاد موضوع القلق عن نطاق التحليل النفسي لمدة من الزمن (نجاتي، 28:1989)

وقد ارتكز تحليل فرويد للقلق باعتباره إشارة إنذار للأنا بأن تقوم بإتحاد مواقفها الدفاعية مستخدمة ميكانزماتها الخاصة ضد ما يهددها وهى إما أم تنجح في ذلك أو تسقط الأنا فريسة للقلق النفسي وقد قام فرويد بتحديد أنواع القلق في نوعين أساسين وهما القلق الموضوعي والقلق العصابي ثم أضاف بعد ذلك القلق الخلقي.

نظرية فرويد الثانية في القلق:

لقد عاد فرويد مرة أخرى إلى دراسة القلق دراسة تفصيلية دقيقة وبحث عن العلاقة الموجودة بين القلق ونشوء الأعراض العصابية، حيث توصل فرويد إلى أن شعور بالقلق الذي يحس به الفرد حينما يتوقع الخطر هو عبارة عن تكرار لشعور القلق الذي هو من جهة توقع حدوث خطر أو صدمة في المستقبل، ومن جهة أخرى تكرار الحالة خطر أو حالة صدمة سابقة في صورة محققة.

ولقد اهتم فرويد بالبحث في حالة الخطر الأولى التي يمر بها والتي يمكن أن تثير القلق لأول مرة، فتوصل إلى أن قلق الطفل الصغير كرد فعل عن غياب الأم وفقدان الموضوع، يمكن مقارنته أيضا بقلق المصاحب للولادة والذي سببه هو الانفصال عن الأم، وكذا بقلق الخطأ الذي مصدره الخوف من فقدان موضوع مهم وهو القضيب (نجاتي،1989:26)

وعملية الميلاد هي الخطر الأول الذي يتعرض له الفرد، والقلق الأول الذي يصاحب هذا الخطر هو النموذج الأصلي لكل حالات القلق التالية ولهذا يقول فرويد نحن ميالون على افتراض وجود عامل تاريخي يجمع بين إحساسات القلق وبين تنبيهاته العصبية بدقة، أي وجود عامل تاريخي يجمع بين إحساسات القلق وبين تنبيهاته العصبية بدقة، أي أننا نفترض أن حالة القلق تنشأ عن خبرة ما تتضمن الشروط الضرورية يمثل هذه الزيادة في التنبيه ويمثل هذا التفريغ في مسالك معينة، وأن كدر القلق يستمد سمته الخاصة في هذه الظروف. والميلاد بالنسبة إلى الإنسان خبرة نموذجية من هذا النوع، ولذلك يمثل إلى اعتبار حالات القلق كأنها ناشئة من صدمة الميلاد (نجاتى ،1989:27)

ولو نمعن النظر في مقولة فرويد لوجدنا أنه هناك تقارب من وجهة نظر اقتصادية بين عملية الميلاد وغياب الأم، ففي الحالتين هناك تصاعد في التوتر تحت تأثير فيزيولوجي خارجي عند الميلاد، وبالرجوع عند الانفصال عن الأم فيما بعد، وهذا الانفصال يولد القلق حتى وإن لم يكن هناك إحساس بالجوع وهذا ما يسمح بالمرور من قلق إلى لا إرادي مرتبط بحالة الخطر، إلى قلق إرادي كنتيجة للإشارة بالخطر. ولهذا يكون القلق عنصر من وظائف الأنا (عثمان، 2001: 24).

نظرية أتورانك:

لقد ربط اتو رانك بين القلق وخبرات الانفصال حيث ذهب إلى إن أول انفصال للطفل عن أمه هو انفصال الميلاد والتي تسبب لطفل خبرة مؤلمة مما ينتج عنها قلق يستمر معه فى حياته وتتوالى خبرات الانفصال مع مرور العمر، ويري اتورانك أن القلق تتخد صورتين تستمران مع الفرد فى جميع

مراحل حياته وهي خوف الحياة ،الخوف من الموت،إن خوف الحياة هو قلق من التقدم والاستقلال الفردي الذي يهدد الفرد بالانفصال عن علاقاته وإرضاعه ،إما خوف الموت فهو قلق من التوتر وفقدان الفردية وضياع الفرد في المجموع أو خوفه من أن يفقد استقلاله الفردي إلي حالة الاعتماد على الغير(عثمان، 2001: 21).

وقد تحدث اتو رانك عن صدمة الميلاد قال أن العقدة الأوديبية هي المشكلة للإنسان إنما صدمة الميلاد فهي التي تحرك في ا للاشعور وذلك أن الطفل قبل ولادته كان ينعم بلذة وسعادة في جنة الرحم وميلاده فالولادة له هي طرد له من هذه الجنة (الرفاعي، 2003: 216).

نظرية كارن هورني:

لقد اهتمت هورني بالدوافع العدوانية ورأت في شدة هذه الدوافع أهم مصدر للخطر والذي بدوره يثير القلق يتمثل في خوف الفرد من توجيه هذا العدوان وهذا ما يؤدي إلى كبت الشعور العدواني، ثم إلى القلق، إذن هناك تفاعل متبادل بين العدوان والقلق فكل منهما يقوي ويساعد الآخر.وترى هورنى أن الطفل الذي لا يشعر بالحب والحنان في سنواته الأولى يميل إلى أظهار الكره والعداء نحو والديه، ونحو الأشخاص الآخرين عامة ، كما أن يتوقع منه الأذى والضرر من الآخرين، ونتيجة لضعفه واعتماديته على والديه فهو يكون في حالة صراع بين عداوته اتجاه الوالدين والاعتماد عليهما مما يولد لديه القلق ولقد اتفقت كارن هورني مع فرويد في تعريف كل من القلق والخوف بأنه رد فعل انفعالي للخطر (ليندا دافيدوف، 177:2000).

النظرية المعرفية للقلق:

تقوم النظرية المعرفية لدي علمائها على مجموعة افتراضات تتركز حول الإمكانات التي يولد بها الفرد، والتي من خلالها يصبح منطقيًا أولا منطقيًا، فنجد لديه من ناحية الميل إلى تحقيق الذات بالاهتمام بالآخرين، أو قد يصبح من ناحية أخرى مدمرًا لذاته، ويتهرب من المسئولية ويكره الآخرين، وهذا يتوقف على الطريقة التي يفكر بها الفرد في نفسه وفي العالم الخارجي، ويذهب "بيك" إلى أن العصابي بشكل عام يتميز بتقييد الانتباه، وتقلص الوعي والتجريد الانتقائي، والتشويه والتحريف (سعفان، 2003: 53).

ويذكر حسين فايد أن النظرية المعرفية ترجع الاضطراب النفسي إلى الطريقة التي يدرك بها الفرد الحدث وتفسيره من خلال خبراته وأفكاره، ويشار إلى العمليات المعرفية قصيرة المدى بالتوقعات

Expectations وأساليب العزو Attributions والتقديرات Estimates بينما يشار إلى العمليات المعرفية طويلة المدى بالاعتقادات، كما يرى علماء النظريات المعرفية إلى أن الاضطراب السلوكي هو نمط من الأفكار الخاطئة أو غير المنطقية التي تسبب الاستجابات السلوكية غير التوافقية، وفيما يتعلق بنشأة واستمرار الاضطرابات النفسية عامة والقلق خاصة، فيعتبر نموذج بيك أكثر النماذج المعرفية أصالة وتأثيرًا حيث تمثل الصيغة المعرفية حجر الزاوية في نظرية بيك، فجميع الأفراد لديهم صيغ معرفية تساعدهم في استبعاد معلومات معينة غير متعلقة ببيئاتهم والاحتفاظ بمعلومات أخرى إيجابية (فايد،2001: 31).

ويري ببك إن الاضطرابات الانفعالية تكون ناتجة عن اضطراب في تفكير الفرد.فطريقة تفكير الفرد وما يعتقده وكيف يفسر الأحداث من حوله كلها عوامل هامة في الاضطراب الانفعالي(حسين ،37:2007)

النظرية السلوكية:

أن النظرية السلوكية تتمركز بتحليلها على المثير والاستجابة، والقلق هو الذي يقوم بمهمة التوافق في النظرية السلوكية حيث أنه يتير لدي الفرد طاقة تجعله يحقق أهدافه فى ضل المثير الدافع والاستجابة النتيجة، وقد أكدت النظرية السلوكية أن القلق يصاحب المواقف أو الظروف التي يمر بها الفرد عن طريق اقتران مثير محايد بمثير مؤلم مما يحدث تغيرات تؤدي لتعميم الاستجابات ولا يخفى صراحة أن السلوكية رفضت صراحة مفاهيم التحليل النفسي الهو والانا والأنا الأعلى ولكن تشترك السلوكية مع التحليلية في القول أن القلق يرتبط بماضي الإنسان وما واجهه من خبرات (حسين 2007: 22).

وقد أشار" دولارد وميلر "أن اضطراب السلوك عامة واضطراب القلق خاصة يرجع إلى تعلم سلوكيات خاطئة في البيئة التي تعيش فيها الفرد وتسهم الظروف الاجتماعية التي ينشأ فيها إلى تدعيم تلك السلوكيات والعمل على استمرارها وبقائها(كفافي، 1990: 349).

ويرى السلوكيون بافلوف وواطسون بأن القلق يقوم بدور مزدوج فهو من ناحية يمثل حافزا ومن ناحية أخرى يعد مصدر تعزيز ودلك عن طريق خفض القلق وبالتالي فأن العقاب يؤدي إلى كف السلوك الغير مرغوب فيه وبذلك القلق الذي يعد صفة تعزيزيه سلبية تؤدى إلي تعديل سلوك ولعل أهم ما أكده السلوكيون استجابة شرطية مؤلمة تحدد مصدر القلق عند الفرد (عثمان، 2001: 25).

مدرسة الجشطلت:

أشار الهواري والشناوي إلى أن أصحاب تلك المدرسة يرون القلق كتعبير عن جشطلت ناقص أو عمل لم يتم وأن القلق يعبر عن عدم التطابق بين الذات والخبرة، فإذا مر الفرد بخبره ما قد لا تكون مهمة عنده لذلك لا يستطيع أن يعيها ويحاول تجنبها أو معرفتها بشكل مشوه، وإذا كانت مهمة بالنسبة له فيحاول أن يدمجها في ذاته، ولكن هذه الخبرة قد لا تتفق مع شروط الأهمية التي تمت مع الفرد وبذلك فإنه لا يستطيع أن يرمز هذه الخبرة بدقة في الوعي، وقد يرمزها بشكل به قصور ولذلك فإن حيل الدفاع النفسي تكون هي الوسيلة الوحيدة لتجنب القلق الناشئ عن عدم التطابق بين الخبرة والذات، وأشار فرانكل Frankl إلى ما اسماه بقلق الفراغ الداخلي وهو الذي ينشأ نتيجة انعدام معاني الحياة عند الفرد، وهو نوع من القلق الوجودي.

ويتضح مما سبق أن بتلك الرؤية لمدرسة الجشطلت قصور في استعراض الأسباب المؤدية إلى القلق، حيث ترى أن عدم التطابق بين الذات والخبرة هما السبب في حاله القلق في حين أن هناك الأسباب الكثيرة والمتشعبة المؤدية إلى القلق (الهواري والشناوي 1987: 172- 196).

القلق عند إيريك فروم:

كان لفروم وجهة نظر مختلفة عن باقي المدارس حيث يرى فروم أن الطفل يقضى فترة طويلة من الزمن معتمدا على الكبار وخاصة والديه، وهذا الاعتماد يفيد بقيود يلتزم بها حتى لا يفقد حنانهما، وبازدياد نمو الطفل يزداد تحرره واعتماده على نفسه، والذي يولد شعورا بالعجز والقلق نتيجة ما يود انجازه من الأعمال وعدم اكتمال قدراته لانجاز هذه الإعمال، وهكذا يرى فروم ان القلق ينشأ عن الصراع بين الحاجة لتقرب للوالدين والحاجة إلى الاستقرار (نجاتي ،1989:23).

المدرسة الإنسانية:

بدأ الحديث عن القلق مع بداية ظهور الفلسفة الوجودية يقول كيركيجار (Kearkigard) أحد مؤسسي هذه الفلسفة" إن الاختيار يجر إلى المخاطرة والمخاطرة بطبعها تؤدي إلى القلق: قلق على الإمكانيات عامة وقلق من الوجه الذي اختاره الإنسان. فهذا قلق من و هذا قلق على، وهذا شبيه بالدوار الذي يصيب المرء حينما ينظر في هاوية"(تونسي، 2002: 28).

ويعتبر رولو مي (Rolo May) أحد أشهر رواد المدارس الوجودية حيث يرى أن القلق هو جزء من وجود الإنسان وهو عبارة عن توجس بصحبه تهديد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد وتعتقد أنها

أساسية وتعتبر ماي أن القلق أساسين هو الاستعداد الفطري والأحداث الخاصة التي تستمر عن طريق التعلم بأنواعه المختلفة واستجابة القلق تكون سوية أذا تساوت مع الخطر الموضوعي، إما إذا لم تتساوي مع الخطر الموضوعي فإنها بهذه الحالة يمكن اعتبارها غير سوية (عثمان، 2001: 21).

وتمثل المدرسة الإنسانية امتداداً للفكر الوجودي، ولذا يرى الإنسانيون أن القلق هو الخوف من المستقبل وما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان أو تهدد إنسانيته، ولهذا فإنه المثير الأساسي للقلق، كما يرون أن فشل الفرد في تحقيق أهدافه وفشله في اختيار أسلوب حياته وخوفه من احتمال حدوث الفشل في أن يحيا الحياة التي هو يريدها ويعتبر روجرز رائد الإنسانيون.

حيث يرى "روجرز" أن الإنسان يشعر بالقلق حين يجد التعارض بين إمكاناته وطموحاته أو بين الذات الواقعية الممارسة وبين الذات المثالية، وباختصار فإن القابلية للقلق تحدث عندما يكون هناك تعارض بين ما يعيشه الكائن العضوي وبين مفهوم الذات (تونسي، 2002: 29).

قلق المستقبل من منظور الإسلام:

لم يحظى موضوع قلق المستقبل أو حتى القلق بشكل عام، باهتمام عند العلماء والفقهاء المسلمين، وقد يرجع ذلك إلى أن الإسلام يعتبر أن ما يصيب الفرد المسلم خيراً له وأن الله سبحانه وتعالى كتبه عليه.

فالبلاء والمصيبة من الله وذلك مصداقاً لقوله تعالى: ﴿وَفِي ذَٰلِكُم بَلَاءٌ مِّن رَّبِّكُمْ عَظِيمٌ ﴿١٤١﴾ ﴾ (سورة الأعراف، 141)، وذكرت نفس الآية في سورة البقرة الآية (49)، وفي سورة إبراهيم الآية (9).

فهذا قول الله سبحانه وتعالى: قَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ قُل لَّن يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا ۚ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٥١﴾ ﴾ (سورة التوبة، 51).

و قَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا ۚ إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ ﴾ (سورة الحديد، 22).

كما قَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۗ وَمَن يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ ۚ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿١١﴾ ﴾ (سورة التغابن، 11).

فمن خلال الإطلاع على الآيات القرآنية السابقة نجد أن الإيمان بالقضاء والقدر شرط من شروط الإيمان، وأن الله كتب ما قدر للفرد ولن يصيب الفرد إلا ما كتب الله عليه، وتنطبق هذه الآيات على الأمور السار والأمور الغير سارة، وهذا الباب الأول الذي يوصد في وجه القلق، وأشار (الحمداني، 2011: 157) أن القلق والخوف من المجهول ومن وقوع المصائب والكوارث التي تحل بالفرد المسلم قضاء من الله وقدره فالمؤمن يستقبلها بحمد الله والثناء عليه والتقرب إلى الله.

أما الثاني فإن الكوارث التي تحل بالفرد ابتلاء من الله حيث أن الله ابتلى الأنبياء الأكثر قربة منه سبحانه وتعالى، فهذا قول الله تعالى: ﴿ وَذَا ٱلنُّونِ إِذ ذَّهَبَ مُغَٰضِبًا فَظَنَّ أَن لَّن نَّقۡدِرَ عَلَيۡهِ فَنَادَىٰ فِي ٱلظُّلُمَٰتِ أَن لَّآ إِلَٰهَ إِلَّآ أَنتَ سُبۡحَٰنَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ ٱلظَّٰلِمِينَ ﴿٨٧﴾ ﴾ (سورة الأنبياء، 87).

وقد ذكر الله الابتلاء في آيات عديدة من القرآن الكريم، كما ذكرها نبي الله محمداً صلى الله عليه وسلم، وأن الأنبياء أكثر الناس بلاءاً يليهم الصالحون من عباد الله عز وجل.

أما الباب الثالث هو امتحان الله سبحانه وتعالى وطالب بالصبر وجعل الصبر على البلوى والكوارث من عزم الأمور،و قَالَ تَعَالَىٰ:﴿ يَٰبُنَيَّ أَقِمِ ٱلصَّلَوٰةَ وَأۡمُرۡ بِٱلۡمَعۡرُوفِ وَٱنۡهَ عَنِ ٱلۡمُنكَرِ وَٱصۡبِرۡ عَلَىٰ مَآ أَصَابَكَۖ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنۡ عَزۡمِ ٱلۡأُمُورِ ﴿١٧﴾ ﴾ (سورة لقمان، 17).

وهنا يقول الله سبحانه وتعالى على لسان لقمان مخاطباً ابنه اصبر على ما أصابك وأن هذه البلوى امتحان من الله لاختبار الصبر، لاسيما وأن الصبر من عزم الأمور.

قَالَ تَعَالَىٰ:﴿ ٱلَّذِينَ إِذَآ أَصَٰبَتۡهُم مُّصِيبَةٞ قَالُوٓاْ إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّآ إِلَيۡهِ رَٰجِعُونَ ﴿١٥٦﴾ أُوْلَٰٓئِكَ عَلَيۡهِمۡ صَلَوَٰتٞ مِّن رَّبِّهِمۡ وَرَحۡمَةٞۖ وَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡمُهۡتَدُونَ ﴿١٥٧﴾ ﴾(سورة البقرة، 156 -157).

وهنا وصف من الله للفئة المؤمنة الصالحة بأنها بحلول المصيبة قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون، فهؤلاء عليهم صلوات من ربهم وتتنزل عليهم الرحمة.

وإن لم يصبر المرء على المصائب التي تحل به فيقول فيه ربنا عز وجل: قَالَ تَعَالَىٰ:﴿ وَمِنَ ٱلنَّاسِ مَن يَعۡبُدُ ٱللَّهَ عَلَىٰ حَرۡفٖۖ فَإِنۡ أَصَابَهُۥ خَيۡرٌ ٱطۡمَأَنَّ بِهِۦۖ وَإِنۡ أَصَابَتۡهُ فِتۡنَةٌ ٱنقَلَبَ عَلَىٰ وَجۡهِهِۦ خَسِرَ ٱلدُّنۡيَا وَٱلۡأٓخِرَةَۚ ذَٰلِكَ هُوَ ٱلۡخُسۡرَانُ ٱلۡمُبِينُ ﴿١١﴾ ﴾ (سورة الحج، 11).

وهنا تأكيد من الله على ضعف إيمان من لا يصبر على بلواه التي ابتلاه إياها الله سبحانه وتعالى، فالصبر على الابتلاء من شيم المؤمن ومقياساً لإيمانه.

واستناداً على ما سبق فمن الممكن أن تصيب الإنسان مصيبة من أعماله وضعف إيمانه فقال الله سبحانه وتعالى: قَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ وَمَآ أَصَٰبَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتۡ أَيۡدِيكُمۡ وَيَعۡفُواْ عَن كَثِيرٖ ٣٠ ﴾ (سورة الشورى، 30)، ويكون العفو بالرجوع إلى الله والصبر عند المصائب،

إذاً فالإسلام اعتبر أن الأبواب المؤدية إلى القلق والتوتر النفسي لدى الإنسان تجعله في حيرة من أمره وعدم الاستقرار لكنها خيراً للمسلم على كافة الأحوال، وأن الخوف خوف من الله ومن اليوم الآخرة، وذلك لقوله سبحانه وتعالى: ﴿ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَأٓيَةٗ لِّمَنۡ خَافَ عَذَابَ ٱلۡأٓخِرَةِۚ ذَٰلِكَ يَوۡمٞ مَّجۡمُوعٞ لَّهُ ٱلنَّاسُ وَذَٰلِكَ يَوۡمٞ مَّشۡهُودٞ ١٠٣ ﴾ (سورة هود، 103)، أو خوف من وعيد الله وذلك مصداقاً لقوله سبحانه وتعالى: ﴿ ذَٰلِكَ لِمَنۡ خَافَ مَقَامِي وَخَافَ وَعِيدِ ١٤ ﴾ (سورة إبراهيم، 14)، والاستقرار والطمأنينة والأمن نابع من التزام الفرد بدينه وتعاليم ربه، وامتثالاً لأوامر لرسوله صلى الله عليه وسلم.

كما أن من خاف الله وقلق من مكره وامتثل لأوامره فوعده الله بالجنان حيث قَالَ تَعَالَىٰ: ﴿ وَلِمَنۡ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ جَنَّتَانِ ٤٦ ﴾ (سورة الرحمن، 46).

وقرن الله سبحانه وتعالى الخوف بملذات الحياة فقال سبحانه وتعالى: ﴿ وَأَمَّا مَنۡ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ وَنَهَى ٱلنَّفۡسَ عَنِ ٱلۡهَوَىٰ ٤٠ ﴾ (سورة النازعات، 40).

ومن خاف الله وعمل عملاً صالحاً فلا يخشى شيئاً فقال الله سبحناه وتعالى: ﴿ وَمَن يَعۡمَلۡ مِنَ ٱلصَّٰلِحَٰتِ وَهُوَ مُؤۡمِنٞ فَلَا يَخَافُ ظُلۡمٗا وَلَا هَضۡمٗا ١١٢ ﴾ (سورة طه، 112).

وقال الله سبحانه وتعالى مخاطباً موسى أن عباد الله لا خافون شيئاً غير الله ﴿ يَٰمُوسَىٰ لَا تَخَفۡ إِنِّي لَا يَخَافُ لَدَيَّ ٱلۡمُرۡسَلُونَ ١٠ ﴾ (سورة النمل، 10).

وفي نفس المعنى يقول الله سبحانه وتعالى: ﴿ وَأَنَّا لَمَّا سَمِعۡنَا ٱلۡهُدَىٰٓ ءَامَنَّا بِهِۦۖ فَمَن يُؤۡمِنۢ بِرَبِّهِۦ فَلَا يَخَافُ بَخۡسٗا وَلَا رَهَقٗا ١٣ ﴾ (سورة الجن، 13).

وتؤكد الباحثة على إن المؤمن الراضي بقضاء الله وقدره ،القوي بإيمانه، الذاكر لله، لن تشوب حياته القلق بل العكس تزيده اطمئنان بذكر الله وهذا مصادقاً لقول الله تعالي: ﴿ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ﴿٢٨﴾ ﴾ (سورة الرعد، 28)، فالمؤمن القوي لا يمكن بأي حال من الأحوال ان يستسلم الضعف والخضوع والقلق والاضطراب المرضي ولكن نفسه ستبقى ساكنة وهادئة ومطمئنة وراضيه بما قسمها الله لها.

تعقيب عام على المحور الثاني قلق المستقبل:

يبقى المستقبل رهن المجهول، لكنه مرتبط بخبرات الماضي ووقائع الحاضر، فإن كانت خبرات الماضي سيئة وإن كان الحاضر مليء بالمفاجئات والخبرات الصادمة، فإن ذلك يولد لدى الفرد قلقاً وخوفه من القادم مستقبلاً، سواء المستقبل القريب أو البعيد.

كما إن قلق المستقبل مرهون بما حققه الفرد من نجاحات في حياته، ومدى قدرته على تحقيق أهدافه، وخبرة الأسرة قد تشكل خبرة صادمة لدى فئة الدراسة من الأسرى المحررين، لاسيما وأنهم تعرضوا لألوان مختلفة من التعذيب والتمكيل على يد قوات الاحتلال الإسرائيلي وسجانيه.

لكن الفرد المؤمن بربه يبقى مقبلاً على الحياة قادراً على المواجهة، لأنه مؤمن بأن قضاء الله وقدره لا مفر منهما، وأن الله لا يكتب للمسلم إلا الخير، وأن كل ما يصيب الفرد فهو من عند الله، وهذا لا يعني أن الفرد المسلم لا يقلق بل يكون قلقه مغايراً عن غيره، وقلقه اعتيادي وليس قلقاً مرضياً.

والقلق المرضي يؤثر سلباً في توافق الفرد النفسي والاجتماعي، حيث أن الفرد القلق من مستقبله لا يتمتع بصحة نفسية جيدة.

كما رأت الباحثة من خلال عرضها لنظريات المفسرة للقلق أن نظرية فرويد الاولي ركزت علي ان معظم الامراض العصابية يسيطر عليها القلق، في حين ركزت نظرية فرويد التانية علي أن إلى أن شعور بالقلق الذي يحس به الفرد حينما يتوقع الخطر او صدمة سابقة، أي انه ركز بنظريته الثانية علي الامور التفصيلية وكانت اوسع وادق من النظرية الاولي، في حين ركزت نظرية اتورانك حيث راي ان القلق يتشكل من اول انفصال لطفل عن الام وهو صدمة الميلاد وكما رأي أن القلق يتخد صورتين تستمران مع الفرد فى جميع مراحل حياته وهي خوف الحياة ،الخوف من الموت.وتري الباحثة

ان الخوف من الموت يتعلق بدرجة ايمان الفرد ومعتقداته الدينية في حين من الملاحظ أنه كلما تقدم الفرد بالعمر ازداد خوفه من الموت بشكل نسبي ويبقي الفيصل أنه امر لا بد منه، أما نظرية هورني فركزت علي الدوافع العدوانية والتي من خلالها سيؤثر علي القلق ويزيده طبقا لمستوي الدوافع العدوانية، اما النظرية المعرفية فأرجعت الاضطراب النفسي إلى الطريقة التي يدرك بها الفرد الحدث وتفسيره من خلال خبراته وأفكاره، وتري الباحثة ان النظرية المعرفية بما فيها تحتوي علي طبيعة العمليات المعرفية التي يمر بها أي حدث ومدي ادراك الفرد له حيث يختلف ادراك كل فرد تبعا لشخصيته ونمط حياته التي اعتاد عليه وطريقة تفكيره ومستواه العلمي. في حين النظرية السلوكية اتخدت منحي اخر وهو مدي ارتباط المثير بالاستجابة والذي يسعي له الفرد لدرجة من التوافق بينهم لتحقيق الاهداف.

واخيرا عرضت الباحثة القلق من منظور أسلامي حيت توصلت الي أن العلماء والفقهاء لما يتطرقو لموضوع القلق نظرا لانه الدين الاسلامي الحنيف وديانتنا جعلت كل مايصيب الفرد خير له سواء كان الامر ايجابي او سلبي فلا مكان للقلق أذا ادرك الفرد ان مسير الامور الله تعالي وان كل مايصيبه فيه خير له.

وتري الباحثة أن القلق من منظور أسلامي يجعل من الامر راحة نفسية ويخلصنا من شوائب التفكير والرضا بالحياة والقضاء والقدر وهو هدفنا الاسمي بهذه الحياة الفانية.

المحور الثالث: الأسرى المحررين

نتيجة الأعداد الهائلة التي تعرضت للاعتقال في سجون الاحتلال الإسرائيلي، وذلك كحالة طبيعية لوجود الاحتلال التي تؤدي للمقاومة وبالتالي للاعتقال ... وبعد توقيع اتفاقية أوسلو بين منظمة التحرير الفلسطينية وحكومة إسرائيل، تم الإفراج عن أعداد كبيرة من الأسرى في السجون الإسرائيلية، وهنا لاحت في الأفق بوادر الاستقرار الفلسطيني وبدأت الحاجة ملحة لضرورة مساعدة هؤلاء الأسرى المحررين في شق طريقهم في الحياة وإيجاد وسائل الاستقرار لهم والعودة لحياتهم الطبيعية ومشاركتهم في مسيرة بناء الوطن.

ونتيجة لتعثر المفاوضات بين السلطة الوطنية الفلسطينية وحكومة إسرائيل وعدم الإفراج عن باقي الأسرى تم تشكيل وزارة شئون الأسرى والتي تعني بشئون الأسرى وذويهم والمحررين منهم ومع اندلاع انتفاضة الأقصى وتضاعف أعداد الأسرى بشكل مطرد أدى ذلك إلى (وزارة الأسرى والمحررين، 2005):

1. نتائج سلبية على الأسير.
2. نتائج سلبية على أسرة الأسير وذويهم.
3. نتائج سلبية على المجتمع.

الأسرى في سجون الاحتلال:

تعتبر قضية الأسرى من القضايا المفصلية والمحورية أمام القيادة السياسية الفلسطينية، لاسيما وأن هناك ما يقارب من 4743 أسيراً لازالوا يقبعون في سجون الاحتلال (مركز أسرى فلسطين للدراسات، 2013).

وأوضح عبد الناصر فروانة (2012) أن ما يقارب 83% من الأسرى هم من الضفة الغربية، وأن 10% منهم من قطاع غزة، بينما النسبة المتبقية من القدس والأراضي الفلسطينية التي احتلت عام 1948 (مركز أسرى فلسطين للدراسات، 2013).

وتشير التقارير أن في سجون الاحتلال أكثر من 193 طفلاً، دون السن القانوني، و10 من الأسيرات، وأكثر من 178 معتقل إداري، ووصل عدد عمداء الأسرى نحو 72 عميداً، أي أنهم قضوا

فترات طويلة في المعتقلات والسجون الإسرائيلية لأكثر من 20 سنة، والبقية هم من فئة الشباب على الأغلب (مقابلة مع أشرف حسين، 2013).

وتتباين التقارير المختصة بأعداد الأسرى في سجون الاحتلال لعد أسباب ذكر (فروانة، 2012) أن أهمها سياسة الاعتقال الإداري وقرارات التوقيف والسجن لمدة طويلة دون محاكمة.

والجدير بالذكر أن عدد اللذين تم اعتقالهم منذ عام 1967 إلى نهاية عام 2012 وبداية العام 2013 بلغ أكثر من (700 ألف مواطن)، وبلغ شهداء الحركة الأسيرة نحو 195 شهيداً بسبب القتل العمد أو التعذيب والإهمال الطبي، حيث تشير التقارير أن نحو 71 أسيراً قضوا نحبهم بسبب التعذيب، وأن حوالي 77 أسيراً استشهدوا بسبب القتل العمد بعد الاعتقال، وأن 47 استشهدوا نتيجة الإهمال الطبي وسوء أحوال المعيشة داخل المعتقلات الإسرائيلية (مؤسسة الضمير لحقوق الإنسان، 2013).

كما أن كافة السجون والمعتقلات الإسرائيلية تدار من قبل شرطة مصلحة السجون والبالغ عددها أكثر من 22 سجناً وهي: (شطة، وجلبوع، ومجدو، والدامون، وعتليت، وهداريم، وهشارون، وتلموند، والرملة، وايلون، ونفيه، تريتسا، ونيتسان، ومستشفى الرملة، وعوفر، واوهلي، كيدار، وايشل، وبئر السبع، ونفحة، ورمون، والنقب، وعسقلان، وبنيامين)، أما مراكز التحقيق والتوقيف فهي عديدة وتتبع أجهزة الأمن الداخلي (الشاباك)، ويبلغ عددها نحو 10 مراكز، وهي: (الجلمة، وبتاح تكفا، والمسكوبية، وعسقلان، وبيت ايل، وعتصيون، وحوارة، وسالم، وقدوميم، وايرز) (مؤسسة الضمير لحقوق الإنسان، 2013).

والجدول التالي يبين لنا الأسرى في سجون الاحتلال الإسرائيلي:

البيان	العدد
مجمل عدد الأسرى	4743
الأسرى الإداريين	178
الأسيرات	10
الأطفال الأسرى	193
أعضاء المجلس التشريعي	12
أسرى القدس	167

أسرى الداخل	191
أسرى غزة	437
أسرى الضفة الغربية	3948
أسرى محكومين مدى الحياة	529
أسرى محكومين أكثر من 20 سنة	456
الأسرى القدامى قبل أوسلو	111
أسرى قضوا أكثر من 20 سنة	72
أسرى قضوا أكثر من 25 سنة	23

المصدر/ (مؤسسة الضمير لحقوق الإنسان، 2013)

معاناة الأسرى في سجون الإحتلال:

يعاني الأسرى في سجون الاحتلال كثير من المشكلات النفسية والجسمية وأهم هذه المشكلات حسب ما ورد في مقابلة أجرتها الباحثة مع أشرف حسين مدي عام وزارة شئون الأسرى والمحررين بتاريخ ، 2013:

1- تكبيل الأيدي بالقيود، والحرمان من الحرية.
2- حرمان الأسير من أبسط حقوقه في القوانين الدولية، خاصة فيما يتعلق بتوفر محام دفاع.
3- سوء الرعاية الصحية للأسرى.
4- سوء التغذية.
5- التفتيش المستمر للأسرى.
6- حرمان أهلي الأسرى من الزيارات.
7- العزل الانفرادي.
8- الاعتقال الإداري.
9- الحرمان من النوم لساعات طويلة.
10- الحرب النفسية على الأسير.
11- منع الكنتين عن بعض الأسرى.

الآثار النفسية والجسمية للأسر:

اهتم العديد من الباحثين بدراسة الآثار النفسية والجسدية للأسر، حيث يعتبرها البعض بأنها خبرة انفعالية غير سارة للأسير وذويه، وللأسرى الفلسطينيين حالة خاصة، حيث أنهم يعتبرون أن الأسر جزءاً من نضالهم وتقربهم إلى ربهم، وتحقيقاً لأهدافهم الوطنية، فأصبح الأسير مفخرة لذويه، رغم المعاناة التي يتلقاها الأسير نفسه، وذويه.

وتشير نريا (Neria) بأن خبرة الأسرة تشكل صدمة نفسية للأسير، وأضافت بأن للأسر العديد من الآثار النفسية منها الايجابي كالتحمل ورفع مستوى الثقة بالنفس، والصلابة النفسية، وتعزيز أساليب المواجهة، ومنها السلبي، كالقلق والتوتر، وعدم القدرة على التركيز، واللامبالاة، وفقدان الأمل، وتوقع الكوارث والصدمات، والانعزال (Neria, 2002: 174).

فيما أشار سانشيز (Sanchez) بأن للأسر نوعين من الآثار، منها النفسي ومنها الجسدي، وفرق بين الآثار الآنية والآثار المستقبلية (Sanchez, 2000: 203).

فيما قرن أبو قاعود الآثار النفسية والجسدية، بالتعذيب، حيث أكد على أن التعذيب مصدراً للآثار الجسدية والنفسية لدى الأسرى الفلسطينيين (أبو قاعود، 2008: 53).

وقام أبو قاعود بتقسيم الآثار الجسدية إلى مبكرة، ومتأخرة، فيما أشار بأن الآثار النفسية منها إدراكي، ومنها انفعالي نفسي.

1- **التأثيرات الإدراكية:** يكون فيها الضحية منهك ومشوش ومرتبك وغير قادر على التركيز، ويعاني من هلاوس مع شعور بالغربة وفقدان الاتصال بالواقع وفقدان الإدراك.

2- **التأثيرات الانفعالية:** حيث يكون الأسير مغطى الرأس، لا يعلم متى سيتعرض للضرب ولا من أين ولا شدة ما سوف يتعرض له، وتشكل له كل حركة أو خطوة من حوله احتمالاً لأن يضرب أو يعتدى عليه، فإنه يكون حينها في خوف وقلق دائم ويرافق ذلك بعد فترة اكتئاب وحزن قد يرافق ذلك محاولة للانتحار. فتكرار الاعتداءات الجسدية والنفسية واللفظية تؤدي إلى انخفاض تقدير الذات لدى الأسير مع فقدان شعوره بالهوية والإنسانية.

فيما أظهرت دراسة رامسي وآخرون (Ramsay et. al) بأن هناك نسب مرتفعة من حالات الاكتئاب لدى الأسرى، خاصة الذين تعرضوا للتعذيب (Ramsay et. al, 1994: 59-60).

ويضيف بأن خبرة الأسر تولد عدة أمراض نفسية كالكوابيس، والعزلة، نتيجة استرجاع بعض الأحداث السابقة، وضعف الذاكرة، وعدم القدرة على التركيز، وفقدان الهوية، وانخفاض مفهوم وتقدير الذات.

احتياجات الأسرى داخل السجون الإسرائيلية:

الأسرى في سجون الاحتلال بحاجة للعديد من الخدمات والدعم المادي والمعنوي ويمكن إجمال متطلباتهم واحتياجاتهم بما يلي:

1- الحرية وعناق الأهل.
2- الرعاية الصحية والغذاء الصحي السليم.
3- حق الأسير في استكمال التعليم.
4- حق التواصل مع الأهل.
5- وقف الاعتقالات الإدارية.

ونضيف إلى هذه الاحتياجات ما يلي:

6- تفعيل قضيتهم في المحاكم والمحافل الدولية.
7- توفير كافة المستلزمات التي يمكن لها تعزيز صمودهم.
8- توفير كافة احتياجات أهل وذوي الأسير.

الخدمات التي تقدمها وزارة الأسرى:

تقوم وزارة الأسرى بالعديد من الإجراءات والخطوات وهدفها الأول والأخير منح الأسرى حريتهم والدفاع عن حقوقهم لكن الواقع أنها تحاول بالقيام بالعديد من الإجراءات الهادفة لتعزيز صمودهم وصمود أهلهم ومن بين هذه الإجراءات والخطوات ما يلي:

1- من الناحية القانونية: توفير محام دفاع منذ اللحظة الأولى للإعتقال.
2- من الناحية المادية: توفير الملبس، الكنتين، مستلزمات التعليم، راتب شهري يسد احتياجاته.

3- من الناحية النفسية: تسهيل اتصال الأسير بأهله، والتواصل معهم، وعقد الزيارات.

أما بالنسبة للخدمات التي تقدم لأسرته تسهيل عملية تعليم الأبناء، توفير راتب شهري، تقديم بعض الرعاية الأولية والصحية، التواصل مع الأسير وعقد الزيارات لهم.

كما وتسعى الوزارة جاهدة بتوفير كافة المستلزمات للأسرى وأهلهم وفق المعطيات والإمكانات المتاحة للوزارة.

الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة:

إن ممارسات الاحتلال وسياساته لا تتوقف عند حد اعتقال الفلسطيني، بل إبعاده عن وطنه، وأهله، فمارس الاحتلال الإسرائيلي سياسة الإبعاد منذ عام 1967، وكان أبرز مظاهر الإبعاد "إبعاد مجموعة من الأسرى لمرج الزهور"، قبل أكثر من 20 عاماً، وإبعاد معتقلي كنيسة المهد إلى دول مختلفة، وأخيراً في صفقة وفاء الأحرار، قامت قوات الاحتلال الإسرائيلي بإبعاد عدد منهم.

والجدير بالذكر أن (عبد الحميد، 2013: 60) بأن الصراع العربي الاسرائيلي شهد نحو (38) صفقة تبادل، كان آخرها صفقة وفاء الأحرار.

وفي مقابلة مع الأسير المحرر المبعد إلى قطاع غزة محمود مرداوي أشار أن صفقة وفاء الأحرار شملت إبعاد نحو 203 أسيراً محرراً، منهم 163 تم إبعادهم إلى قطاع غزة، والبقية إلى عدة دول منها مصر والأردن، وقطر، وتركيا، ومعظمهم من ذوي سنوات الاعتقال المرتفعة وذوي أحكام عالية، وتتراوح أعمارهم ما بين 35 إلى 60 عاماً، وكانت أهم أسباب الإبعاد قهر الأسير ومنعه من الوصول إلى الحرية الكاملة التي يتمناها وطبيعة الاحتلال وعدوانيته، وأسباب أخرى أهمها أمنية، أو تسجيل موقف لدى الرأي العام الإسرائيلي، والجدير بالذكر أن هناك أكثر من أسير انتهت فترة إبعادهم ولم يتسنى لهم الرجوع إلى أهلهم، ولعل أهم سبب لذلك هو تنصل الاحتلال للاتفاقات التي أبرمها، والأحداث التي تجري في جمهورية مصر العربية راعي اتفاقية تبادل الأسرى (مقابلة مع محمود مرداوي، 2013).

احتياجات الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة:

تتعدد احتياجات الأسى المبعدين إلى قطاع غزة، ومن أهمها الرجوع إلى ملاقاة الأهل وإنهاء فترة الإبعاد، وهذا ويحتاج الأسير المبعد إلى الخدمات التالية (مقابلة مع محمود مرداوي، 2013):

1- توفير مسكن مناسب.

2- توفير الاحتياجات المادية.

3- الاحتضان من قبل أهل قطاع غزة.

4- الاندماج في المجتمع.

5- توفير راتب شهري يسد احتياجاتهم ومتطلبات الحياة.

والجدير بالذكر أن معظم هذه الاحتياجات تم تلبيتها وتسعى الوزارة والجهات المختصة بتوفير أفضل حياة للأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

أما بالنسبة لإنهاء فترة الإبعاد والرجوع إلى الضفة الغربية فهناك العديد من الإجراءات والخطوات التي تقوم بها وزارة الأسرى في هذا الصدد حيث تتواصل مع الجانب المصري ضامن وراعي اتفاقية صفقة التبادل، إضافة إلى التواصل مع العديد من المنظمات الحقوقية ذات العلاقة، كما تقوم بالمتابعة المستمرة لملف الأسرى المحررين المبعدين.

تعقيب عام على مفاهيم الدراسة.

تعتبر فئة الأسرى من الفئات التي عاشت سنين من الحرمان في سجون الاحتلال الإسرائيلي، منهم من رأى النور بعد معاناة، ومنهم لا زال يقبع تحت معاناة السجن والسجان الإسرائيلي، والدراسة الحالية اهتمت بالتعرف على الرضا عن الحياة لدى فئة الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وعلاقته بقلق المستقبل لديهم، لاسيما وأن القلق يأتي بالأساس نتيجة خبرات سابقة، فهل خبرة وصدمة الاعتقال لدى الأسير المحرر تشكل قلقاً من المستقبل، وما هو مستوى رضا الأسير المحرر عن الحياة التي يعيشها في الإبعاد.

ان مفتاح سر الرضا عن الحياة ينتج من الطمانئية والقناعة والاستقرار النفسي وراحة النفسية والرضا عن الامور الدينية حيث تتمثل بالبهجة وثقة الفرد في قدراته وامكانية وقناعته بكل ماهو مقدر ومكتوب، وتري الباحثة أن كل أنسان معرض للقلق ولكن يبقي مدي ادراكنا للقلق وقدرتنا علي التخلص منه باقصر وقت، فاسباب القلق عديدة ومتنوعة منها عدم القدرة علي التكيف او ضعوط الحياة وخاصة بعصرنا الحديث والتقدم التكنولوجي ونمط شخصية السائد لدي كل فرد ويبقي القلق يتخد صورته الي أن من الطبيعي أذا زاد خبراتنا السارة ورضانا علي الحياة بشكل عام والمواقف بشكل خاص سوف يخفض من مستوي القلق.

الرضا عن الحياة يعد مفهوم نسبي بمعنى أنه لا يمكن الحكم على فرد ما أن يتمتع أو لا يتمتع، ويكون رضا الفرد عن حياته مرتبطاً بشكل مباشر بالمستوى الذي يرغبه ويأمله ويتناسب مع حجم الطموح لديه.

ويبقى طموح الفرد مرهوناً بقدرته على تحقيق أهدافه المستقبلية التي رسمها لنفسه، وفي حقيقة الأمر المستقبل لازال مجهولاً، والتفكير بشيء مجهول يكون بجانب من الحذر.

لذا فإن التفكير بالمستقبل يعتبر عاملاً مسبباً للقلق لدى الفرد ويساعد في ذلك خبرات الماضي المؤلمة وضغوط الحياة العصرية وطموح الإنسان وسعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لوجوده، كما إن القلق المستقبل من المستقبل قلقاً وجودياً مصاحباً لوجود الفرد، حيث أن الإنسان هو الكائن الوحيد وسط الكائنات الحية الأخرى الذي يدرك الزمن بوحداته الثلاث الماضي والحاضر

والمستقبل، وذلك يجعله متأرجحاً بين خبرة ماضية ولحظة حاضرة يسعى للتوافق معها ولحظة قادمة يخشاها ولا يستطيع توقعها.

والأسرى المحررين عاشوا ماضي الأسر الأليم ويتمتعون بجزأ من الحرية في الحاضر ويبقى المستقبل أمامهم لتحقيق أمنياتهم، وفي نفس المقام فالمستقبل يبقى مجالاً للتفكير والتدبر.

فبناء على ما سبق تعتقد الباحثة أن رضا الأسير عن حياته الحالية قد تعطي انطباعا حول مستقبله لذا تحاول من خلال هذه الدراسة التعرف على علاقة الرضا عن الحياة بقلق المستقبل لدى فئة عاشت تجارب ماضية وتعيش نشوة الإفراض الحاضرة وترتقب لحظة العودة للأهل المستقبلية.

الفصل الثالث

دراسات سابقة

أولاً: الدراسات المتعلقة بالرضا عن الحياة.

ثانياً: الدراسات المتعلقة بقلق المستقبل.

ثالثاً: الدراسات المتعلقة بالأسرى.

رابعاً: تعقيب عام على الدراسات السابقة.

خامساً: فروض الدراسة.

الفصل الثالث

دراسات سابقة

المقدمة:

تعرض الباحثة في هذا الفصل الدراسات والجهود السابقة المرتبطة بمفاهيم الدراسة، حيث تم تقسيم الدراسات إلى ثلاثة محاور أساسية، المحور الأول تستعرض من خلاله الباحثة الدراسات المتعلقة بالرضا عن الحياة، أما المحور الثاني يتعلق بالدراسات السابقة لقلق المستقبل، والمحور الثالث يهتم بالتعرف على الدراسات السابقة التي تعتني بالأسرى، ثم قامت الباحثة بالتعقيب على الدراسات السابقة، ومن ثم عرضت الباحثة فروض الدراسة.

أولاً: الدراسات المتعلقة بالرضا عن الحياة.

دراسة Frank (2012)، بعنوان: "تحقيق الأهداف والمزاج الايجابي ومدي تأثيره علي الرضا عن الحياة".

وهدفت الدراسة إلى معرفة مدى الرضا عن الحياة مع الذات من تحقيق الأهداف علي عينة من (222) طالباً جامعياً لإثبات العلاقة الطردية بين الرضا عن الحياة والرضا عن الذات من خلال المزاج الايجابي والوصول إلي الأهداف المنشودة، و أسفرت النتائج على أن أفضل توقع للرضا عن الحياة هو احترام الذات ووجود المشاعر الايجابية الذاتية والوصول إلي الأهداف التي تحقق الارتياح لتحقيق التوازن النفسي.

دراسة Kenneth (2012)، بعنوان: "الرضا عن الحياة والعوامل النفسية والاجتماعية بين الأقليات المصابة بداء السكري".

وتهدف الدراسة إلى فحص العلاقة بين العامل الصحي والناحية النفسية والاجتماعية بين المشاركين المصابين بداء السكري من الأفارقة، والأمريكان من أصل أسباني، وتكونت العينة من 142 مشارك من خلال زيارتهم الأولى ضمن برنامج الرعاية التعاونية، وتشير أهم النتائج في هذه الدراسة إلى أن هناك علاقة بين العامل الصحي والناحية النفسية والاجتماعية بين المشاركين بداء

السكري من الأفارقة، في حين لم تكن هناك علاقة قوية بين العامل الصحي والعامل النفسي من الأمريكان من أصول أسبانية.

دراسة بسيوني (2011): التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة.

وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم ومتغيري الانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، وتكونت العينة من 343 طالبة من كلية التربية للبنات وينتمون للمستويات التعليمية المختلفة وتتراوح أعمارهن ما بين 20 إلى 25 عاماً، واستخدمت الباحثة العديد من المقاييس أهمها مقياس التفاؤل/ التشاؤم إعداد الباحثة، مقياس الرضا عن الحياة إعداد إيمان شاهين وسميرة شند، معدلات الطالبات.

وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطالبات على مقياس التفاؤل ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة.

وتبين وجود علاقة ارتباطية سالبة بين درجات الطالبات على مقياس التشاؤم ودرجاتهن على مقياس الرضا عن الحياة والانجاز الأكاديمي.

دراسة خوج (2011) معنى الحياة وعلاقته بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالمملكة العربية السعودية.

وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين معنى الحياة ومستوى الرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالمملكة العربية السعودية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الاتباطي، وتكونت عينة الدراسة من 247 طالبة من طالبات كلية التربية بجامعة حائل بالمملكة العربية السعودية، استخدمت الباحثة مقياس الرضا عن الحياة، مقياس معنى الحياة لتطبيق الدراسة واستخلاص النتائج.

وأظهرت النتائج بأن هناك علاقة موجبة دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس معنى الحياة ومقياس الرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة، وصاغت الباحثة معادلة التنبؤ بالرضا عن الحياة من أبعاد معنى الحياة: الدين، سمو الذات، تقبل الذات.

دراسة المالكي (2011): فاعلية الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية.

وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين فعاليات الأنا كما افترضها ايركسون وبين الرضا عن الحياة على عينة من السعوديات العاملات والغير عاملات وبلغ عددهن 272، من أعمار مختلفة، ومستويات تعليمية مختلفة، ولتحقيق غايات الدراسة تم استخدام مقياس فاعليات الأنا إعداد مارسكتروم وآخرون (1997)، مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي (1999)، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي.

وكانت أهم النتائج أن هناك علاقة ارتباطية قوية دالة بين درجات الفاعليات مع بعضها البعض وبين الدرجة الكلية للفعاليات، كما تبين وجود علاقة ارتباطية بين الدرجة الكلية لفعاليات الأنا والدرجة الكلية للرضا عن الحياة.

وأظهرت النتائج أن هناك فروقاً جوهرية في درجة الرضا عن الحياة لدى السعوديات عينة الدراسة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، اختلاف المهنة للعاملات، الحالة الاجتماعية لصالح العازبات.

دراسة المغراوي (2010)، بعنوان: "التفاؤل وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة مراكز تحفيظ القرآن الكريم بمدينة مصرانه".

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التفاؤل والرضا عن الحياة عند أفراد العينة، ومعرفة مدى علاقة التفاؤل بالرضا عن الحياة، وكذلك إلى تحديد دور المتغيرات التي اعتمدتها الباحثة في هذه الدراسة على درجة التفاؤل والرضا عن الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبا وطالبة من مختلف مراكز تحفيظ القرآن الكريم بمدينة مصراتة، حيث كان عدد الإناث(234)، وعدد الذكور (166)، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، واستخدمت الباحثة الاستبانة أداة لجمع البيانات وقد تكونت من ثلاثة أجزاء: الأول خاص بالمعلومات الديموغرافية، والثاني بقياس التفاؤل، وهو من إعداد بدر الأنصاري، والثالث، خاص بقياس الرضا عن الحياة من إعداد نعمان علوان.

وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سمة التفاؤل وفقا لمتغير الجنس ولصالح الإناث.

كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التفاؤل تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية ما بين متزوج وأرمل لصالح المتزوج، وما بين أعزب وأرمل لصالح الأعزب، وما بين مطلق وأرمل لصالح المطلق، بينما لاتوجد دلاله إحصائية بين متزوج وأعزب، ومتزوج ومطلق، وأيضا ما بين أعزب ومطلق.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التفاؤل وفقا لمتغير المستوى التعليمي. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التفاؤل وفقا لمتغير العمل.

دراسة Sonja (2010)، بعنوان: "علاقة العمل الجيد والحياة بظروف العمل والرضا عن الحياة في أوروبا".

وتهدف الدراسة إلى التعرف على مدى الاختلاف بين الأفراد داخل الدول الأوروبية في الرضا عن الحياة، واسهام جودة العمل في الوصول إلى حياة جيدة، وتكون مجتمع الدراسة من تسع دول، فنلندا والسويد المملكة المتحدة وهولندا، وألمانيا والبرتغال وأسبانيا والمجر وبلغاريا، وأظهرت النتائج على أن مستوى الرضا عن الحياة يختلف اختلاف كبير بين البلدان المذكورة مع تحسن نوعية الحياة في المجتمعات الأكثر ثراء، وقضية الأمن مثل الأمن الوظيفي والأمن الاقتصادي هو العنصر الأساسي الذي يؤثر على حياة الأفراد بشكل ايجابي.

دراسة تفاح (2009): الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين "دراسة مقارنة".

وهدف الدراسة إلى دور البيئة (الأسرة، دور الرعاية)، وما تعكسه من أثر على كل من الصلابة النفسية والرضا عن الحياة، والفروق بين الجنسين، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة نحو 120 فرداً، من مسني محافظتي الشرقية والدقهلية، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس الصلابة النفسية من إعداد عماد مخيمر وكان عبارة عن 47 فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، مقياس الرضا عن الحياة إعداد الباحث مكون من 36 فقرة موزعة على ستة أبعاد أساسية.

أظهرت النتائج تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للرضا عن الحياة والصلابة النفسية تعزى لمتغير الإقامة لصالح المقيمين في دور الرعاية، وظهرت فروق تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

تبين وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية وأبعادها مع الرضا عن الحياة بأبعاده وأظهرت النتائج أن بعد التفاعل الاجتماعي يمثل أهم أبعاد ومؤشرات الرضا عن الحياة لدى المسنين وجاء في مقدمة العوامل.

دراسة عبد الغنى (2009) بعنوان " أنماط التعلق وعلاقتها بالرضا عن الحياة وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من منتصف العمر بمدنيتي مكة المكرمة وجدة".

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق والرضا عن الحياة وأساليب التعامل، مع الضغوط النفسية، في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية"العمر –المستوى التعليمي –الجنس –عدد سنوات الزواج –عدد الأبناء"، وشملت العينة على (620) من الزوجات في منتصف العمر بمدنيتي مكة المكرمة وجدة، ولتحقيق الأهداف تم استخدام مقياس لنيرين وآخرون، ومقياس الرضا عن الحياة لدسوقي، ومقياس أساليب التعامل مع الضغوط النفسية للعنزى وتوصلت الباحثة إلى مجموعة من النتائج كان أهمها: وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على أبعاد التعلق ولتجنبي وبين درجاتهم في مقياس الرضا عن الحياة.

دراسة المدهون (2009)، بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسية وتحسين مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة فلسطين بغزة".

وهدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج ارشادي لخفض الضغوط النفسية وذلك من أجل تعديل سلوك الطلبة، وذلك بعد التعرف على مصادر الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها وطرق التغلب عليها وتبصيرهم بالحلول البديلة التى تساهم عى مواجهة الضغوطات ووتحسين مستوى الرضا عن الحياة، وتم استخدام المنهج التجريبى وتكونت العينة من 200 طالبا وطالبة، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس الحياة الضاغطة من أعداد زينب شقير، ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد محمد الدسوقى، وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة احصائيا فى الرضا عن الحياة لدى طلبة المجموعة التجريبية فى القياس البعدى وطلبة المجموعة التجريبية فى القياس التتبعى، كما تبين أنه لا

توجد فروق دالة احصائيا فى مواقف الحياة الضاغطة لدى طلبة المجموعة التجريبية فى القياس البعدى وطلبة المجموعة التجريبية فى القياس التتبعى.

دراسة أبو العلا (2008)، بعنوان "الرضا عن الحياة وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة".

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الفروق بين النوع، والمستوى الاجتماعي الاقتصادين فى أبعاد مقياس الرضا عن الحياة وأبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة، وتحديد العلاقة الارتباطية بين أبعاد مقياس الرضا عن الحياة وأبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من المراهقين بالمرحلة الثانوية بمدينة المنصورة قوامها (457) طالب وطالبة وتم تطبيق أدوات الدراسة مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (عبد العزيز الشخص)، مقياس الرضا عن الحياة (سكوت هيوبنر)، مقياس أحداث الحياة الضاغطة المرحلة الإعدادية والثانوية (من إعداد الباحث).

وتوصلت الدراسة إلى أنه لا فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعتى الإناث والذكور فى أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب تبعاً للمستوى الاجتماعى الاقتصادى (مرتفع ومنخفض) لصالح الطلاب من ذوى المستوى الاجتماعى الاقتصادى المرتفع فى أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية، كما تبين وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطى درجات الطلاب على مقياس أحداث الحياة الضاغطة تبعاً للمستوى الاجتماعى الاقتصادى (مرتفع ومنخفض) في الأبعاد الفرعية للمقياس وكذلك الدرجة الكلية ووجهة الفروق نحو منخفضى المستوى الاجتماعى الاقتصادى، وأظهرت النتائج على وجود علاقة ارتباطيه سالبة ودالة إحصائيا بين الدرجات التى حصل عليها الطلاب والطالبات على مقياس أحداث الحياة الضاغطة من جهة والدرجات التى حصلوا عليها على مقياس الرضا عن الحياة من جهة أخرى.

دراسة عبد الحميد (2008)، بعنوان: "الضغوط وعمليات تحملها وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من معاوني أعضاء هيئة التدريس بالجامعة".

وتهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق في الضغوط لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس تبعاً لاختلاف النوع، والمستوى الوظيفي، ونوع الكلية، والتعرف على الفروق في عمليات تحمل الضغوط لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس تبعاً لاختلاف النوع، والمستوى الوظيفي، ونوع الكلية، وتكونت

عينة الدراسة من (148) من معاوني أعضاء هيئة التدريس بالجامعة، وأظهرت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات معاوني أعضاء هيئة التدريس على مقياس الضغوط الدرجة الكلية وأبعادها الفرعية تبعاً لاختلاف لجانب الإناث باستثناء البعد الاقتصادي لجانب الذكور، كما تبين أنه لا فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معاوني أعضاء هيئة التدريس تبعاً لاختلاف نوع الكلية، والمستوي الوظيفي.

وأظهرت النتائج أن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معاوني أعضاء هيئة التدريس على مقياس عمليات تحمل الضغوط تبعاً لاختلاف النوع لصالح الذكور في العمليات الإيجابية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معاوني أعضاء هيئة التدريس تبعاً لاختلاف نوع الكلية، والمستوى الوظيفي.

وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معاوني أعضاء هيئة التدريس على مقياس الرضا عن الحياة الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية تبعاً لاختلاف النوع لصالح الذكور، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معاوني أعضاء هيئة التدريس تبعاً لاختلاف المستوى الوظيفي، ونوع الكلية.

دراسة علوان (2008)، بعنوان: "الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية".

حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين كل متوسطات درجات مقياس الرضا عن الحياة والوحدة النفسية، واستخدم الباحث المنهج الوصفى التحليلي وشملت العينة على 211، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس الرضا عن الحياة ومقياس الوحدة النفسية من (إعداد الباحث)، حيث أسفرت النتائج عن وجود علاقة سالبة دالة بين كل من متوسطات درجات مقياس الرضا عن الحياة، والوحدة النفسية، كما تبين وجود علاقة موجبة غير دالة بين مجالي التقدير الاجتماعي والشعور بالإهمال. كما تبين وجود فروق جوهرية في مجال العلاقات الاجتماعية تبعاً لمتغير تاريخ الاستشهاد، لصالح الأنتفاضة الأولى وجود فروق جوهرية في مجال الاستقرار الاجتماعي تبعا لمتغير تاريخ الاستشهاد لصالح الانتفاضة الثانية.

دراسة مبروك (2007)، بعنوان: "أبعاد الرضا العام عن الحياة ومحدداته لدى عينة من المسنين المصريين".

وهدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة متغير الرضا العام عن الحياة مع تحديد المتغيرات المنبئة به، لدى عينة من المسنين الذكور المصريين، وتكونت العينة من 113 مسناً، وقد كشف التحليل العاملي عن وجود أربعة عوامل للرضا عن الحياة هي: الشعور بالرضا، والشعور بالأمن، والقناعة، والانسجام، وكشف تحليل الانحدار المتعدد عن أول منبأ بالرضا عن الحياة وهو تقدير المسن لحالته الصحية، حيث تنبأ بتباين قدرة 24% في الرضا عن الحياة، ثم كان لمتغير الانبساط كسمة من سمات الشخصية الإسهام الثاني في الرضا عن الحياة (13%)، وأخيرا جاء إسهام متغير درجة التدين (7%)، في حين أن متغيرات العمر، والمستوى التعليمي، وسمة العصابية كان تأثيرها على التباين في الرضا عن الحياة ضئيلاً.

دراسة كوكفمان دونا وآخرون (2003)، بعنوان "المساندة الاجتماعية والضغوط والثقة بالنفس وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة".

وهدفت الدراسة إلى التعرف طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط والثقة بالنفس بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة، وتكونت العينة من 94 من طلاب السنة الأولى الجامعية وأسفرت النتائج الدراسة بأن الطلبة الذين حصلوا على درجات مرتفعة من مقياس المساندة الاجتماعية كانوا يتمتعوا بقوة الشخصية والثقة بالنفس وكانوا قادرين على مواجهة الضغوط وذو مستوى عال من الرضا عن الحياة.

دراسة العش (2002)، بعنوان "الرضا عن الحياة وعلاقته بأنماط التعلق في المرحلة الوسطى من مرحلة الرشد".

وهدفت هده الدراسة إلى التعرف على مستوي درجات الرضا عن الحياة لدى الأفراد الأردنيين في الفئة العمرية الممتدة من (40–60) في مجالات الحياة المختلفة ومعرفة هل هناك درجات مختلفة في مستوى الرضا بين الذكور والأنات مستخدما المنهج الوصفي التحليلي وقد شملت عينة الدراسة 1500 فرداً أردنيا، واستخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة من إعداده،

وكانت أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الأفراد الأردنيين يتمتعون بدرجة عالية من الرضا عن الحياة بشكل عام وأظهرت النتائج أن الذكور يفوقوا الإناث في الرضا عن الحياة في مجالات العلاقات الحميمة والاستجمام.

دراسة سيك، Seik (2000)، بعنوان: "مظاهر الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات فى سنغافورة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على أهم مظاهر الرضا عن الحياة فى سنغافورة وتكونت العينة من 2187 شخص واستخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة من أعداد الباحث وأسفرت النتائج عن أن الحياة العائلية كانت أهم المظاهر للرضا عن الحياة لدى الاشخاص الدين أجابوا عن أسئلة المقياس وأن المال أقل مظاهر الرضا عن الحياة لديهم.

ثانياً: الدراسات المتعلقة بقلق المستقبل.

دراسة خميس (2012): جودة الحياة وعلاقتها بكل من الرضا الوظيفي وقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال.

وهدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة جودة الحياة بالرضا الوظيفي وقلق المستقبل، والفروق بين المعلمات حسب سنوات الخبرة لديهن، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي والوصفي المقارن، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس جودة الحياة إعداد الباحثة وكان عبارة عن مكون من 40 فقرة، مقياس الرضا الوظيفي وكان عبارة عن 91 فقرة، مقياس قلق المستقبل من إعداد زينب شقير ومكون من 28 فقرة، وبعد التطبيق والتحليل أظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين جودة الحياة والرضا الوظيفي لدى المعلمات، وأظهرت النتائج أنه يوجد ارتباط سالب دال إحصائياً بين جودة الحياة وقلق المستقبل لدى المعلمات.

أظهرت النتائج عن وجود فروقاً دالة إحصائياً بين درجات جودة الحياة بين المعلمات تعزى لمتغير الخبرة ولصالح ذوات الخبرة أكثر من 10 سنوات، وتبين وجود فروق في جودة الحياة دالة إحصائياً تبعاً لمتغير مستوى الرضا الوظيفي لصالح الرضا المرتفع.

وأظهرت النتائج أن هناك فروق في قلق المستقبل لدى المعلمات تعزى لمتغير سنوات الخبرة، وأظهرت النتائج أن منخفضات قلق المستقبل يتمتعن بأعلى درجات جودة الحياة.

دراسة القرشي (2012): الدافع للإنجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى.

وهدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين الدافع للإنجاز وقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس الدافع للإنجاز إعداد موسى (1981)، ومقياس قلق المستقبل إعداد زينب شقير (2005)، وكانت عينة الدراسة عبارة عن 300 طالب منهم 150 من الكليات العلمية و150 من الكليات النظرية بجامعة أم القرى.

وأظهرت النتائج أن مستوى الدافع للإنجاز لدى طلبة جامعة أم القرى متوسط، وأظهرت النتائج أن مستوى القلق من المستقبل لدى العينة مرتفعاً.

وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الدافع للإنجاز وقلق المستقبل لدى العينة، وتبين أنه لا فروق جوهرية في درجة الدافع للإنجاز لدى العينة تعزى لمتغير التخصص، المستوى الدراسي، وأظهرت النتائج أيضاً على أنه لا فروق جوهرية في قلق المستقبل لدى أفراد العينة تعزى لمتغير التخصص، المستوى الدراسي.

دراسة عبد الحليم (2010): قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة والضغوط النفسية لدى عينة من الشباب.

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية ومعنى الحياة لدى الشباب، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وكانت العينة عبارة عن 50 طالب وطالبة من كلية التربية بجامعة عين شمس، طبق عليهم مقياس قلق المستقبل من إعداد سميرة محمد شند (2002) 40 فقرة، مقياس معنى الحياة من إعداد نجوى إبراهيم (2008) 59 فقرة، مقياس الضغوط النفسية إعداد نجلاء عبد المعبود (2005) 76 فقرة.

أظهرت النتائج أنه لا يوجد علاقة بين مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة وشعورهم بالضغوط النفسية، كما لم تظهر علاقة بين قلق المستقبل ومعنى الحياة لدى أفراد العينة حيث بلغ معامل الارتباط (0.073 -).

وتبين أيضاً أن هناك علاقة عكسية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية ومعنى الحياة لدى طلبة الجامعة.

وأظهرت النتائج أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل والضغوط النفسية لدى الشباب تعزى لمتغير الجنس، بينما ظهرت الفروق بين الجنسين في معنى الحياة لصالح الإناث.

دراسة الإمامي (2009)، بعنوان: "علاقة سمة التفاؤل والتشاؤم بقلق المستقبل لشباب الجالية العربية".

وهدفت هده الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين سمة التفاؤل والتشاؤم وقلق المستقبل لدى الجالية العربية في الدنمارك حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وقد طبقت الدراسة على عينة الدراسة عشوائية من شباب الجالية العربية تمثلت بحوالي 110 شاب وشابة، حيث استخدم الباحث مقياس سمة التفاؤل والتشاؤم (من إعداد الباحث) ومقياس قلق المستقبل (من إعداد الباحث).

وأسفرت النتائج على عدم وجود فروق دالة بين سمة التفاؤل . سمة التشاؤم لأفراد عينة الدراسة تمتع أفراد عينة الدراسة من كلا الجنسين بحالة من الاستقرار النسبي نحو المستقبل.

دراسة بلكيلاني (2009)، بعنوان: "تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة في النرويج _ أوسلو".

وهدفت الدراسة إلى التعرف على مفهوم الذات وتقديرها لدى الجالية العربية بمدنة أوسلو وعلاقتها بقلق المستقبل لديهم، وتم تطبيق هذا البحث على عينة مكونة من 110 فرد من المقيمين العرب في مدينة أوسلو النرويجية، وبواقع 60 فرد من الذكور 50 فرد من الإناث ما بين (20 – 50) عاماً.

وقد تبين من البحث أن هناك علاقة تبادلية بين تقدير الذات وقلق المستقبل، إذ يكون أحدهما متغيراً مستقلاً والآخر تابعاً والعكس صحيح وإن أفراد العينة لهم تقدير ذات عالي، وأن أفراد عينة البحث تظهر لديهم حالة قلق من المستقبل، كما تبين وجود علاقة إرتباطية عكسية بين تقدير الذات وقلق المستقبل لأفراد العينة.

دراسة السبعاوى (2009) بعنوان "قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص".

وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية بشكل العام كما هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق للمستقبل وعلاقته بالجنس والتخصص، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وقد شملت عينة الدراسة 578 (طالب وطالبة)، واستخدمت الباحثة مقياس قلق المستقبل من إعداد (الخالدي)، وأسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظرى لمقياس قلق المستقبل ولصالح القيمة المتحققة وهذا يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة بشكل عال.

وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير الجنس ولصالح الإناث، ولم تكن العلاقة دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير التخصص الدراسي.

دراسة المشيخي (2009)، بعنوان "قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من فئات جامعة الطائف".

وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات، والكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح ومعرفة العلاقة بين فاعلية الذات ومستوى الطموح، ولتحقيق ذلك قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة الاجتماعية ووصفها كما وكيفا، وشملت عينة نحو (720) طالبا منهم (400) طالبا من طلاب كلية العلوم (320) طالبا من طلاب كلية الآداب بجامعة الطائف، واستخدم الباحث مقياس قلق المستقبل، ومقياس فاعلية الذات من إعداد عادل العدل (2001)، ومقياس مستوى الطموح من إعداد معوض وعبد العظيم (2005)، وأسفرت الدراسة على النتائج التالية: توجد علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في فاعلية الذات وتوجد علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في مستوى الطموح، وتوجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في فاعلية الذات ودرجاتهم في مستوى الطموح.

منخفضي الذكاء العاطفي لديهم مزيد من الانخفاض في جانب الارتياح في الحياة، أما عن نتائج الدراسة فقد أظهرت الدراسة إن هناك زيادة كبيرة في رضا عن الحياة بعد الالتحاق بالجامعة، وأظهرت النتائج أن الرضا عن الحياة يفيد كلا من الجامعة والكلية والطالب بعد التحاقه بها.

دراسة شند والأنور (2006): قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة.

وهدفت الدراسة إلى تحديد طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة، وتحديد بعض الفروق الفردية بينهم، وتكونت العينة من 200 موظفاً وموظفة، واستخدم الباحثان مقياس قلق المستقبل إعداد سميرة شند، مقياس الضغوط النفسية إعداد الباحثين، مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي إعداد عبد العزيز الشخص.

أظهرت النتائج أن هناك علاقة موجبة دالة إحصائياً بين قلق المستقبل والضغوط النفسية، وأظهرت النتائج أن هناك فروق دالة تعزى لمتغير الجنس في كلاً من الضغوط النفسية وقلق المستقبل، وأن هناك فروقاً بين العاملين في الحكومة، والعاملين في القطاع الخاص في قلق المستقبل والضغوط النفسية لصالح العاملين في القطاع الخاص، وأظهرت النتائج ارتفاع قلق المستقبل والضغوط النفسية لدى العاملين في القطاع الخاص عن باقي الشرائح المهنية الأخرى.

دراسة فراج ومحمود (2006)، بعنوان: "قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوى المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة".

وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل وكل من مستوى الطموح ومستوى حب الاستطلاع والارتباط بينهم لدى طلبة الفرقة الثانية بكلية التربية، والتعرف عما إذا كان هناك فروق فى كل من قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع بين عينة البحث من ذوى المستويات الاجتماعية والاقتصادية المختلفة وبين الذكور والإناث وأيضاً بين التخصص الدراسي من أقسام أدبية وعلمية، والتعرف على التفاعلات بين كل من المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي والجنس والتخصص الدراسي على قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع.

واستخدم الباحثان مقياس قلق المستقبل إعداد زينب محمود شقير (2005)، مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين والشباب إعداد أمال عبد السميع مليجى (2004)، مقياس حب الاستطلاع من إعداد الباحثين.

وأظهرت النتائج عن وجود علاقة عكسية بين قلق المستقبل ومستوى الطموح بمعنى أنه كلما زاد قلق المستقبل انخفض مستوى الطموح، وتبين وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين قلق المستقبل وحب الاستطلاع، بمعنى أنه كلما انخفض قلق المستقبل زاد حب الاستطلاع، وتبين وجود فروقاً دالة إحصائياً بين طلبة كلية التربية ذوي المستويات الاجتماعية الاقتصادية الثقافية المختلفة (مرتفع ومنخفض) في حب الاستطلاع لصالح الطلبة من ذوى المستويات المرتفعة.

دراسة Eysenck (2006)، بعنوان: "القلق والاكتئاب وتأثيرهما على الماضي والحاضر والمستقبل".

وهدفت الدراسة لمعرفة متى حدثت هذه الاحداث السلبية للفرد، هل في الماضي، الحاضر، المستقبل، وعلاقتها بالقلق والاكتئاب، حيث طبقت هذه الدراسة على عينة مكونة من ثلاثة مجموعات هي: المجموعة الاولى مكونة من مجموعة من المراهقين تراوحت أعمارهم من (13- 17) سنة، المجموعة الثانية مكونة من الشباب تراوحت أعمارهم من (18- 29) سنة، المجموعة الثالثة مكونة من الشباب أعمارهم في سن الثلاثينيات.

وأظهرت النتائج أن الشعور بالاكتئاب له علاقة بالأحداث التي وقعت في الماضي أكبر من علاقته بالأحداث التي من المتوقع حدوثها في المستقبل، الشعور بالقلق له علاقة بالأحداث التي من المتوقع حدوثها في المستقبل أكبر بكثير من الاحداث التي وقعت في الماضي.

دراسة سعود (2005)، بعنوان: "قلق المستقبل وعلاقته بسمتى التفاؤل والتشاؤم لدى طلاب جامعة دمشق".

وهدفت الدراسة إلى تحديد أكثر مجالات قلق المستقبل انتشاراً عند شباب الجامعة وتكونت العينة من 2248 (طالبا وطالبة)، مستخدماً مقياس قلق المستقبل (من إعداد الباحث) والقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم (إعداد أحمد عبد الخالق) ومقياس الأمل لسنا يدر.

وأسفرت النتائج عن وجود فروق فى نسبة القلق بين الإناث والذكور، ولصالح الإناث، وأسفرت النتائج أيضا عن ارتفاع نسبة القلق للطلبة فى الكليات العلوم الأنسانية مقارنة بالكليات العلمية.

دراسة عشرى (2002) بعنوان "دراسة بعنوان "قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية مقارنة بين طلاب كلية التربية بسلطنة عمان ومصر".

وهدفت الدراسة إلى معرفة تأثير المستوى الثقافي والتخصص العلمى فى مستوى قلق المستقبل وتكونت العينة من 104 (طالبا وطالبة) من مصر وسلطنة عمان واستخدمت الدراسة المنهج الوصفى التحليلي.

وأسفرت النتائج أن البيئة النفسية والاجتماعية لها أثر على قلق المستقبل وأسفرت النتائج على ان قلق المستقبل لدى عينة سلطنة عمان ينخفض عن عينة المصرية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات الادبية والعلمية.

دراسة دياب (2001): بعنوان "فعالية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لطلبة الجامعة".

وهدفت الدراسة إلى التحقق عن مدى فاعلية الارشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل، وأجريت الدراسة على عينة من (116) طالب وطالبة وكانت بواقع 50% من كلا الجنسين (58 طالب، 58 طالبة) من طلبة كلية التربية جامعة المنيا، واستخدم الباحث لدراسته مقياس قلق المستقبل (من إعداد الباحث).

وكانت أهم النتائج التي تم التوصل إليها أن جميع أفراد العينة من الذكور والإناث تعاني من قلق المستقبل، ظهور نتائج تؤكد تأثير البرنامج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى الجنسين.

ثالثاً: الدراسات المتعلقة بالأسرى.

دراسة عبد الحميد (2013): الوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الأسرى المحررين – صفقة وفاء الأحرار.

هدفت الدراسة إلى وصف وتحليل واقع الأسرى الفلسطينيين المحررين في صفقة وفاء الأحرار، من حيث شعورهم بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية، كما هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وكانت

أدوات الدراسة عبارة عن، مقياس الوحدة النفسية، مقياس المساندة الاجتماعية، طبقت على عينة بلغت (179) أسيراً فلسطينياً محرراً ضمن صفقة وفاء الأحرار.

أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق في درجات الوحدة النفسية وأبعادها لدى الأسرى المحررين تعزى لمتغيرات العمر، الحالة الاجتماعية عند الاعتقال، الحالة الاجتماعية الحالية، عدد مرات الأسر، مدة الاعتقال، المستوى التعليمي، بينما ظهرت فروق في مكان التحرر، لصالح غير المبعدين.

كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات مقياس المساندة الاجتماعية وأبعاده تعزى لمتغيرات: العمر، الحالة الاجتماعية عند الاعتقال، الحالة الاجتماعية الحالية، عدد مرات الأسر، مكان التحرر، المستوى التعليمي، مدة الاعتقال.

وأظهرت النتائج أنه توجد علاقة عكسية بين الوحدة النفسية ومستوى المساندة الاجتماعية لدى الأسرى المحررين في صفقة وفاء الأحرار.

دراسة نجم (2011)، بعنوان: "واقع الحياة الاجتماعية للأسيرات الفلسطينيات المحررات في ضوء السيرة الذاتية".

هدفت الدراسة إلى تشخيص واقع الحياة الاجتماعية للأسيرات الفلسطينيات التي ذكرت مظاهرها في سيرتهن الذاتية، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن ورشة عمل حول الواقع الاجتماعي للأسيرات المحررات، بالإضافة إلى السيرة الذاتية لعدد 53 أسيرة تم تحررهن من الأسر، تم توثيق حياتهن لدى جمعية الدراسات النسوية التنموية الفلسطينية.

وأظهرت نتائج الدراسة سوء نظرة المجتمع بالشكل العام لقضية أسر الفتاة، لذكورية المجتمع ونظرته العنصرية القاسية، وسوء الوضع الاقتصادي للأسيرات المحررات وتمثل ذلك بصعوبة الحصول على العمل، وعدم القدرة على توفير كامل سبل العيش لأبناء المتزوجات منهن، وتقصير القيادة الفلسطينية في رعاية الأسيرات المحررات، وأوصت الدراسة باعتبار السيرة الذاتية نموذج تدريسي يدرس من خلال مساقات تعليمية في المدارس كملحق لمادة التربية الوطنية، وحماية حق الأسيرات المحررات وإحقاق حقوقهم كمناضلات لهم مساهمة قوية في الثورة، وتوفير فرصة عمل من أجل بناء حياة كريمة وفاء لتضحياتهن، وأخيرا إعادة الاعتبار لدور الأسيرات النضالي من خلال عمل دراسات تبرز الدور النضالي للمرأة الأسيرة ليكون جزء من التاريخ الفلسطيني.

دراسة نجم (2010): السمات المميزة لشخصية زوجات الأسرى وغير الأسرى الفلسطينيين في ضوء بعض المتغيرات.

هدفت الدراسة إلى التعرف على السمات المميزة لزوجات الأسرى وغير الأسرى الفلسطينيين في ضوء بعض المتغيرات، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (263)، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدمت الباحثة اختبار أيزنك للشخصية، تعريب صلاح الدين أبو ناهية.

أسفرت نتائج الدراسة إلى أن بعد الانبساط والانطواء حصل على أعلى نسبة مئوية قدرها (73.89%)، ويليه بعد العصابية والكذب، أو الجاذبية الاجتماعية، فبعد الذهانية.

كما تبين وجود فروق ذات دلالة بين تقدير أفراد العينة لسمات الشخصية في بعد الانباسط والانطواء لصالح زوجات غير الأسرى، وفي بعد العصابية لصالح زوجات الأسرى، فيما لم تظهر فروق في بعد الذهانية والكذب.

دراسة زقوت وآخرون (2010)، بعنوان: "الآثار النفسية والجسمية بعيدة المدى للتعذيب لدى الأسيرات الفلسطينيات المحررات بقطاع غزة".

وهدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن الآثار النفسية والجسمية بعيدة المدى للتعذيب لدى الأسيرات الفلسطينيات المحررات بقطاع غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات، حيث شملت عينة الدراسة على (48) أسيرة محررة من أصل 70 أسيرة محررة في قطاع غزة، وقد تم اختيارهن بطريقة قصدية، وقد أستخدم الباحث عدة مقاييس منها (مقياس شدة التعذيب النفسي والجسمي، ومقياس تأثير الحدث، ومقياس الأمراض الجسمية ومقياس قائمة مراجعة الأعراض SCL90، وذلك للإجابة على تساؤلات وفرضيات الدراسة، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

أشارت النتائج إلى أن 41.7% من الأسيرات يعانين من اضطرابات الصدمة وقد تم استخدام مقياس تأثير الحدث لقياس أعراض الصدمة الحالية لدي الأسيرات علي اعتبار التأثر بالصدمات الحالية وخاصة الحرب الأخيرة علي غزة في العام 2008 –2009 ، كما توصلت الدراسة إلى أن أعلى نسبة كانت للأعراض النفس جسمانية، فقد احتلت المرتبة الأولى 40.5%، ويليه أعراض الوسواس القهري 33.5%، ثم أعراض الاكتئاب 33.3%، أعراض القلق 31%، أعراض العداوة

والبارانويا التخيلية 29.4%، أعراض قلق الخوف 27.7%، أعراض الحساسية التفاعلية 27.2%، الأعراض الذهنية 18.8.% كما بينت النتائج وجود علاقة طردية بين التعرض للتعذيب الجسدي والنفسي والآثار بعيدة المدى الناتجة عنهما، كذلك وجدت علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين التعذيب الجسدي والنفسي والمتغيرات التالية (الأعراض الجسمانية، القلق).

دراسة عسلية والطلاع (2008)، بعنوان: "لحظة الاعتقال ولحظة الإفراج لدى الأسير الفلسطيني".

هدفت إلى معرفة ردود الفعل لحظة الاعتقال ولحظة الإفراج لدى الأسرى الفلسطينيين بمحافظات غزة، وقد أجريت الدراسة على عينة من (60) أسيراً فلسطينياً، وباستخدام مقياسي لحظة الاعتقال ومقياس لحظة الإفراج من إعداد عسلية والطلاع.

وتوصلت الدراسة إلى أن أكثر ردود الفعل انتشارًا لدى الأسير لحظة اعتقاله هي الصلابة النفسية، وتحمل الضغوط، والقلق، وأن أكثر ردود الفعل لحظة الإفراج وهي: التفاؤل والتشاؤم، والعلاقات الاجتماعية، والمستقبل.

كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة بين لحظة الاعتقال المفاجئ ولحظة الاعتقال غير المفاجئ في جميع المجالات، وأظهرت النتائج أيضًا عدم وجود فروق دالة بين لحظة الإفراج المفاجئ ولحظة الإفراج غير المفاجئ في جميع المجالات.

دراسة أبو قاعود (2008)، بعنوان "تجربة التعذيب لدى الأسري الفلسطينيين وعلاقتها بالتفكير الأخلاقي".

وتهدف الدراسة إلى الكشف عن أثر التعذيب الذي تعرض له الأسرى المحررين في سجون الاحتلال، وذلك على أيدي محققي جهاز الأمن العام الشباك "وجيش الاحتلال الإسرائيلي وعلاقة ذلك بمستوى التفكير الأخلاقي لدى الأسرى، وقد تم اختيار عينة عشوائية طبقية تتكون من (300) أسير محرر.

وقد بينت النتائج وجود علاقة عكسية بين شدة التعذيب ومدة الاعتقال ومستوى التفكير الأخلاقي وبينت وجود فروق جوهرية بين المستويات التعليمية مستوى التفكير الأخلاقي، حيث لم تجد

أي علاقة بين السلوك الديني مقياس التفكير الأخلاقي، كما لوحظ عدم وجود فروق جوهرية بين نوع المواطنة ومستوى التفكير الأخلاقي.

دراسة إسماعيل (2007) بعنوان "مركز الضبط والأمن النفسي وعلاقتهما بالرضا الوظيفي لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين في قطاع غزة".

وهدفت الدراسة إلى تحديد مركز الضبط والأمن النفسي وعلاقتهما بالرضا الوظيفي لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين في قطاع غزة، وتكونت عينة الدراسة من عينتين الأولى (100) أسير موظف، أما العينة الثانية فكانت عبارة عن (100) موظف من غير الأسرى، من العاملين في السلطة الوطنية الفلسطينية، والذين مضى على عملهم أكثر من خمس سنوات، واستخدم الباحث مقياس مركز الضبط الداخلي/ الخارجي ومقياس الأمن النفسي، ومقياس الرضا الوظيفي.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الموظفين الأسرى والغير أسرى في الأمن النفسي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الموظفين الأسرى والغير أسرى في مركز الضبط حيث أنهم يميلون إلى الضبط الداخلي.

دراسة لافي (2005)، بعنوان" الضغوطات النفسية لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين وعلاقتها ببعض المتغيرات".

وهدفت إلى الكشف عن علاقة الضغوطات النفسية لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين في سجون الاحتلال الإسرائيلي بعمر زوجة الأسير ومستواها التعليمي والمستوى الاجتماعي والاقتصادي لها وعدد أبنائها ومستوى التزامها للقيم الدينية، واشتملت الدراسة على عينة تتكون من المجتمع الأصلي كله ويبلغ (93) زوجة وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليل.

ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة: يعد مستوى الضغوطات النفسية العامة لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين متوسطًا، أما على الصعيد السيكولوجي فهو فوق المتوسط ويعد دون المتوسط على الصعيد النفسي، أما على الصعيد الاجتماعي الاقتصادي فهو متوسطط.

كما تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) فأقل في المستوى الضغوط النفسية لدى زوجات الأسرى الفلسطينية تعزى لعامل عمر الزوجة وعدد الأبناء والتزام الزوجة بالقيم الدينية.

وتبين أيضاً وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0,05) فأقل من مستوى الضغط النفسي لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين تعزى لعامل تعليم الزوجة والمستوى الاجتماعي الاقتصادي للزوجة.

دراسة الطلاع (2004)، بعنوان: "التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالانتماء لدى الأسرى المحررين من السجون الإسرائيلية".

هدفت الدراسة إلي تحديد درجة التوافق النفسي والاجتماعي لدي الأسري الفلسطينيين المحررين من السجون الإسرائيلية من جهة، وعلاقته بدرجة شعورهم بالانتماء من جهة أخري، وقد تم اختيار عينتين لتطبيق أدوات الدراسة إحداها تجريبية نسبتها (3%) من المجتمع الأصلي (الأسرى المسجلين لدى وزارة الأسرى)، وعددهم (200)، وبنسبة (3%) من أسرى كل محافظة من محافظات قطاع غزة الخمسة، وعينة ضابطة وعددهم (200) لم يتعرضوا للأسر، ولجمع المعلومات تم استخدام مقياس التوافق النفسي والاجتماعي ومقياس الانتماء الوطني كأدوات للدراسة.

وأظهرت النتائج عدم وجود فروق في التوافق النفسي والاجتماعي، بين الأسرى وبين الذين لم يتعرضوا للأسر، بينما أظهرت النتائج أن الأسرى المحررين لديهم توافق اجتماعي يفوق الذين لم يتعرضوا للأسر، كما تبين أن شعور الأسرى بالانتماء أكبر من الذين لم يتعرضوا للأسر وأن هناك علاقة إيجابية بين التوافق النفسي والاجتماعي والشعور بالانتماء لدى الأسرى.

دراسة نريا Neria (2002)، بعنوان: "دراسة الظروف الصادمة المادية والمعنوية لدى الأسرى الحرب".

وهدفت الدراسة إلى الكشف عن الظروف الصادمة المادية والمعنوية لدى أسرى الحرب، وشملت العينة اثنين من أسرى الحرب تم تطبيق أدوات الدراس عليهم.

وأظهرت نتائج الدراسة أن استخدام أساليب ايجابية لمواجهة الضغوط له أثره على التوفق الايجابي، ولكن استخدام استراتيجيات سلبية غير فعالة في مواجهة الضغوط أدى إلى توافق سلبي، كما تبين أن ضعف الدعم الاجتماعي والنفسي أدى إلى زيادة المعاناة النفسية لدى أسرى الحرب.

دراسة دحلان (2001) بعنوان: "أثر خبرات الأسر والحياة داخله على الأسير المناضل والجندي النظامي".

وهدفت الدراسة إلى التعرف على أثر خبرات الأسر والحياة داخله على الأسير المناضل والجندي العادي النظامي، وكانت عينة الدراسة مكونة من (270) فرد موزعين كما يلي: (114) فرداً كعينة تجريبية أولى من الأسرى المحررين حديثاً، (100) فرداً عينة تجيبية ثانية من الأسرى المحررين قديماً، (57) فرداً عينة ضابطة من أشخاص لم يعتقلوا.

واستخدمت الدراسة مقياس صلابة التفكير ومرونته، مقياس عدم الثبات الانفعالي، مقياس اختبار الشخصية متعددة الأوجه، وبعد تطبيق أدوات الدراسة أظهرت النتائج أن عينة الأسررى حديثي التحرر تميزوا بالتوجه للإنجاز وتقدير الذات، الشعور بالذنب، أما عينة الأسرى المحررين قديماً فتميزت بالبحث عن الإثارة، الانطواء الاجتماعي والمسئولية.

كما أظهرت النتائج أن عينة الأسرى حديثي التحرر يميز عن العينة الضابطة بالقلق والشعور بالذنب المسئولية.

دراسة الزير (2001) بعنوان "الآثار بعيدة المدى للتعذيب لدى المحررين الفلسطينيين وعلاقتها ببعض المتغيرات".

وهدفت الدراسة إلى كشف عن الآثار بعيدة المدى الناتجة عن السجن والتعذيب لدى المحررين الفلسطينيين في قطاع غزة الذين تعرضوا للسجن والتعذيب على أيدي محققي جهاز الأمن العام "الشباك" وجيش الدفاع الإسرائيلي وعلاقتها بالاضطراب الناتج عن الصدمة والأمراض PTSD(النفسية والجسمية) وقد تم اختيار عينة عشوائية طبقية تتكون من (220) سجين محرر من سنة 1994 حتى سنة 1999 من الذكور تمثل 15% من المجتمع الأصلي في قطاع غزة، وقد استخدمت الاستبانة كأداة رئيسية وهي تتكون من مقياس شدة التعذيب النفسي والجسمي، مقياس

تأثيرات الحدث مقياس قائمة مراجعة الأعراض وقد أفادت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية قوية بين التعرض للتعذيب الجسدي والنفسي PTSD والآثار بعيدة المدى الناتجة عنه مثل الاضطراب الناتج عن الصدمة والأمراض النفسية والجسمية.

بينت النتائج أن أكثر الأعراض والأمراض التي يمكن التنبؤ بظهورها على المدى البعيد نتيجة التعرض للتعذيب الجسمي هي الأعراض والأمراض الجسمية والتعذيب النفسي، ينبئ على النتائج أن نسبة 35% من أفراد العينة يعانون من الاضطراب الناتج عن الصدمة، وبينت أيضًا المدى البعيد بظهور الأمراض النفسية والاضطراب الناتج عن الصدمة PTSD كذلك بينت عدم وجود علاقة أو فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاضطراب الناتج عن الصدمة والأعراض النفسية يعزى ذلك إلى عمر الأسير المحرر عند الاعتقال، مدة الأسر، المستوى التعليمي عند الأسر، الحالة الاجتماعية عند الأسر، ومرور الوقت على التحرر.

دراسة الطلاع (2000)، بعنوان: "الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين من السجون الإسرائيلية".

هدفت الدراسة إلى معرفة الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين من السجون الإسرائيلية، والكشف عن الآثار التي خلفتها سياسة الاحتلال القائمة على الاعتقال والتعذيب ضد الشعب الفلسطيني، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس الأمراض السيكوسوماتية، ومقياس الضغوط النفسية للأسر، وتكونت عينة الدراسة من (540) من الأسرى المحررين من السجون الإسرائيلية، بواقع (5%) من عدد الأسرى المسجلين لدى وزارة الأسرى.

كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباط بين الضغوط النفسية للأسر والأمراض السيكوسوماتية لدى الأسرى المحررين من السجون الإسرائيلية.

دراسة أبو إسحاق (2000)، بعنوان: "دراسة للاضطرابات والأمراض النفسية التي يعاني منها الأسرى الفلسطينيون المحررون في السجون الإسرائيلية".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الاضطرابات النفسية للأسرى الفلسطينيين المحررين من السجون الإسرائيلية، والتعرف على الاضطرابات النفسية التي يعاني منها الأسرى المحررون من

السجون الإسرائيلية، وذلك على عينة بلغ قوامها (150) محررًا، حيث استخدم الباحث مجموعة من الاختبارات، ومنها المقابلة الإكلينيكية، وأعد الباحث مقياس هملتون للقلق، إضافة إلى قائمة دير وفيت للأعراض تتكون من 90 بندًا، ومقياس تأثير الحدث PTSD .

وقد أفادت نتائج الدراسة أن 33% من أفراد العينة يعانون من الاضطرابات النفسية والقلق الشديد الناتج عن صدمة PTSD ، وأن 18% من أفراد العينة يعانون من حالات الاكتئاب، وأن 13% يعانون من أعراض جسمية نفسية منها الرجفة والدوخان، وقلة النوم، والكوابيس، والرهاب أثناء النوم، وآلام المعدة، والإسهال، والشعور بالإغماء، والاضطراب في المزاج، والغضب، والانسحاب، والوساوس القهرية، وقلة التركيز، والتشويش، والأفكار الانتحارية.

دراسة سانشيز Sanchez (2000) ، بعنوان: "سنوات الأسر وعلاقاتها بالاضطرابات النفسية لدي الأسرى".

وهدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين الأسر والاضطرابات النفسية، حيث تم تطبيق الدراسة على عينة بلغ قوامها نحو (100) أسيراً، وأظهرت النتائج أن طول فترة العزلة والعمر أثناء الأسر عوامل أساسية مؤثرة في تطور الأمراض النفسية، كما بينت نتائج الدراسة أن سوء التوافق لدى الأسرى ينبؤ بالاضطرابات العقلية، وأنه كلما زادت عدد سنوات الأسر كلما ازداد الأسير عرضةً للإصابة بالاضطرابات النفسية.

دراسة برشتين Bernstein (1998)، بعنوان: "تأثيرات الأسر على أسرى الحرب الأمريكان في الحرب العالمية الثانية وعائلاتهم".

وهدفت الدراسة إلى دراسة تأثيرات الأسر على أسري الحرب الأمريكان في الحرب العالمية الثانية وعائلاتهم، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (31) أسيرا، ومتوسط أعمارهم (18) سنة.

أظهرت نتائج الدراسة معاناة أسرى الحرب من سوء التوافق متضمنا القلق النفسي وتغيرات مزاجية ووجود فجوات عاطفية لدى أسرى الحرب في علاقاتهم مع زوجاتهم، وبينت الدراسة أن تغير المزاج كان واضحا لدى (73%) من الأسرى، و(70%) من زوجاتهم، كما أن الغضب المفاجئ ظهر لدى (67%) من الأسرى، و (70%) لدى زوجاتهم، كما أوضحت نتائج الدراسة وجود صعوبات في التواصل مع المجتمع خارج المنزل لدى(38%) من الأسرى، كما أشارت نتائج الدراسة إلى انتشار

واسع للأمراض النفسية لدى الأسرى، بالإضافة إلى معاناتهم من مشاكل في الأسرة والعمل والاتصال مع الآخرين.

دراسة يوكسل Yokes(1991)، بعنوان: "أثر العلاج النفسي ما بعد الصدمة لدي السجناء السياسيين في إسطنبول.

هدفت الدراسة إلى علاج المشكلات النفسية التي تظهر في أعقاب الصدمة، وتألفت عينة الدراسة من (25) حالة من السجناء السياسيين السابقين الذين تعرضوا للتعذيب ولجئوا للعلاج النفسي لدي قسم الصحة النفسية بجامعة اسطنبول، منها (7) نساء و(18) رجلا، وتراوحت أعمارهم من (16_38) سنة، فترة الاعتقال تراوحت بين شهرين وخمس سنوات، كل أفراد العينة تعرضوا للتعذيب الجسدي والنفسي، ومعظمهم تعرض للتعذيب الكهربائي، لم يتعرض أحدهم لمشاكل عضوية قبل الاعتقال، استخدمت مقابلة شبه مركبة صممت لدراسة الموضوع، دراسة بعض المتغيرات التي طبقت على جميع الحالات تضمنت (ظروف ما قبل الصدمة، التعذيب، خبرات السجين، بالإضافة إلى ظروف ما قبل الصدمة)، أما حول التشخيص النفسي فقد تم طبقا لنموذج (R-///-D.S.M)، وأبعاد مقياس (B- C- D).

وقد أظهرت النتائج أن (7) منهم عانوا من مشكلات مثل: الكلى التهابات مزمنة وجروح، بدأت أثناء الاعتقال واستمرت بعد الإفراج، وظهرت أعراض القلق لدى (76%)، ونصف الحالات ظهر لديها الكآبة والحزن، واثنان ظهرت لديهم مشكلات عضوية، واثنان ظهر لديهم اضطراب عقلي فعال، (20%) ظهرت لديهم أعراض نفسية، اثنان منهم ظهر لديه اضطراب عقلي نموذجي، وظهرت لدى اثنين أعراض عضوية مترافقة مع أعراض القلق.

رابعاً: تعقيب عام على الدراسات السابقة.

قامت الباحثة بتقسيم الدراسات السابقة إلى ثلاثة محاور أساسية، وهي دراسات تتعلق بالرضا عن الحياة ودراسات تتعلق بقلق المستقبل، ودراسات تتعلق بفئة الأسرى.

أولاً: من حيث المتغيرات.

فعلى مستوى الدراسات التي تتعلق بالرضا عن الحياة فكانت من حيث الهدف:

دراسات هدفت إلى التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى فئات مختلفة وباختلاف بعض المتغيرات الشخصية، والكشف عن محددات الرضا عن الحياة، دراسات هدفت إلى التعرف على مظاهر الرضا عن الحياة، وكانت هناك دراسات تهدف إلى التعرف على تأثير الرضا عن الحياة على الأفراد.

دراسات هدفت إلى الكشف عن علاقة الرضا عن الحياة ببعض المتغيرات مثل قلق المستقبل، أحداث الحياة الضاغطة، الوحدة النفسية، تقدير الذات، أنماط التعلق.

وهناك دراسات هدفت للكشف عن علاقة بعض المتغيرات بالرضا عن الحياة ومنها متغير التفاؤل والتشاؤم، معنى الحياة، فاعليات الأنا، العمل الجيد، الصلابة النفسية، أنماط التعلق، تحمل الضغوط النفسية، المساندة الاجتماعية.

كما أن هناك دراسة (المدهون، 2009) تهدف إلى تقصي فاعلية برنامج مقترح لتحسين مستوى الرضا عن الحياة.

أما بالنسبة للدراسات التي تتعلق بقلق المستقبل فكانت من حيث الهدف تنقسم إلى:

دراسات تهدف إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل في ضوء بعض المتغيرات الشخصية.

دراسات تهدف إلى التعرف على علاقة قلق المستقبل ببعض المتغيرات، مثل معنى الحياة، فاعلية الذات ومستوى الطموح، متغيرات ثقافية مختلفة، الضغوط النفسية، التفاؤل والتشاؤم.

كما أن هناك دراسات تهدف إلى التعرف على علاقة بعض المتغيرات بمستوى قلق المستقبل مثل جودة الحياة، الدافع للإنجاز، التفاؤل والتشاؤم، تقدير الذات.

كما أن هناك دراسات هدفت إلى تقصي فاعلية برنامج قائم على أساس الإرشاد في خفض مستوى قلق المستقبل.

وكانت هناك دراسة تهدف إلى التعرف على مستوى القلق عبر الزمن الماضي، الحاضر، المستقبل.

أما الدراسات التي تتعلق بالأسرى، فكانت هناك دراسات تهدف إلى التعرف على واقع حياة الأسرى، آثار التعذيب بعيدة المدى لحظة الإفراج ولحظة الاعتقال وردة فعل الأسير عبرها، دراسات هدفت للتعرف على الظروف الصادمة لدى الأسرى، الكشف عن خبرات الأسر كدراسة مقارنة بين الأسير المناضل والجندي النظامي، دراسات حاولت المشف عن الأمراض النفسية لدى الأسرى.

دراسات تهدف إلى الكشف عن طبية العلاقة بين متغيرات مختلفة منها التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأسير وعلاقتها بالانتماء السياسي، الضبط النفسي والأمن النفسي وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى فئة الأسرى المحررين، الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية.

كما أن هناك دراسات هدفت للتعرف على فاعلية برنامج قائم على أساس العلاج النفسي لبعض المظاهر المترتبة على الأسر.

وكانت هناك دراسة واحدة تهتم بنفس الفئة الحالية للدراسة "أسرى محررين ضمن صفقة وفاء الأحرار"، وهي دراسة (عبد الحميد، 2013) وهدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الأسرى المحررين سواء مبعد أو غير مبعد.

ثانياً: من حيث المنهج:

من خلال الإطلاع على الدراسات السابقة فكما تباينت من حيث أهدافها، فهي متباينة ومختلفة من حيث منهجها فهناك دراسات استعانت بالمنهج الوصفي، دراسات أخرى استعانت بالمنهج الوصفي التحليلي، دراسات استعانت بالمنهج الارتباطي، دراسات استعانت بالمنهج التجريبي، دراسات استعانت بالمنهج البنائي.

ثالثاً: من حيث العينة:

اختلفت الدراسات السابقة من حيث العينة، فعلى مستوى الدراسات التي تتعلق بالرضا عن الحياة، فاهتم الباحثون بالعديد من الشائح منها المسنين، طلبة الجامعات، بعض المهنيين، أكاديميين، وغيرها.

أما على مستوى دراسات قلق المستقبل، فهي أيضا كانت تطبق على فئات مختلفة منها طلة الجامعات، مهنيين، فئة المراهقين، إضافة إلى بعض الفئات الأخرى.

أما على مستوى دراسات الأسرى، فهي أيضاً اختلفت من حيث العينة، فمنها طبق على الأسرى في السجون سواء المناضل أو الجندي النظامي، أسرى الحرب، ودراسات اعتنت بالأسرى المحررين، كما أن هناك دراسات اعتنت بفئة أقارب الأسرى كالزوجات. وكانت هناك دراسة واحدة تهتم بفئة الأسرى المحررين ضمن ضفقة وفاء الأحرار.

رابعاً: من حيث النتائج.

لاحظت الباحثة أن نتائج الدراسات السابقة كانت متباينة، فعلى مستوى دراسات الرضا الحياة نلاحظ بأن هناك دراسات أثبتت أن مستوى الرضا كانت مرتفعاً بينما كانت أظهرت دراسات أخرى أن هناك رضا متوسط، ومنها دراسات أكدت على أن مستوى الرضا منخفض، وأظهرت بعض الدراسات عن وجود علاقات موجبة بين الرضا عن الحياة وبعض المتغيرات، بينما أكدت دراسات أخرى على وجود علاقة سالبة بين الرضا عن الحياة وبعض المتغيرات.

وعلى مستوى دراسات قلق المستقبل نلاحظ بأن هناك دراسات أكدت على أن مستوى قلق المستقبل كان مرتفعاً خاصة عند طلبة الجامعات، وأكدت دراسات أخرى بأن قلق المستقبل متوسط وهناك دراسات أكدت على أن مستوى قلق المستقبل كان منخفضا.

كما لاحظنا بأن هناك دراسات أثبتت عن وجود علاقة بين قلق المستقبل وبعض المتغيرات، وهناك دراسات أظهرت أن هناك علاقة سالبة بين قلق المستقبل وبعض المتغيرات.

أما على مستوى دراسات الأسرى فأظهرت أن الأسير يعاني من بعض الأمراض النفسية، وأن ذوي الأسرى يتأثرون بظاهرة الأسر، كما أظهرت نتائج بعض الدراسات أن هناك علاقة بين تجربة

الأسر وبعض المتغيرات مثل التفكير الأخلاقي، كما أن الدراسات أثبتت هناك آثاراً للتعذيب قريبة وبعيدة المدى.

واستفادت الباحثة من الدراسات السابقة في عدة جوانب منها صياغة مشكلة دراستها وتساؤلاتها، كما استفادت من البرامج المقترحة لخفض مستوى قلق المستقبل أو رفع مستوى جودة الحياة والرضا عنها.

كما استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في بناء مقاييس الدراسة الحالية، والتعرف على أبعاد الرضا عن الحياة، وأبعاد قلق المستقبل التي تبناها الباحثون.

وتتفق الدراسة الحالية من بعض الدراسات في أنها تهدف لمعرفة مستوى الرضا عن الحياة، وتتفق مع دراسات أخرى في أنها تهدف للتعرف على مستوى قلق المستقبل، وتتفق مع دراسات أخرى في أنها تهتم بفئة الأسرى.

وتتفق الدراسات الحالية من حيث المتغيرات: (الرضا عن الحياة، قلق المستقبل)، مع دراسة كلاً من عبد الحليم (2010): "قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة"، دراسة خميس (2012): "جودة الحياة وعلاقتها بقلق المستقبل".

لكن تكمن خصوصية الدراسة الحالية في أنها تتبنى أبعاد للرضا عن الحياة تتمثل بما يلي: (السعادة، الرضا عن العلاقات الاجتماعية، التقدير الاجتماعي، الطمأنينة، الحياة الاقتصادية، الحياة الصحية، الرضا عن الحياة والأمور الدينية).

كما تكمن خصوصية الدراسة الحالية في أنها تهدف للكشف عن العلاقة بين الرضا الحياة وأبعادها بقلق المستقبل، لدى فئة الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

خامساً: فروض الدراسة.

1- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير العمر.

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير عدد مرات الاعتقال.

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير سنوات الاعتقال.

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

6- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير العمر.

7- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير عدد مرات الاعتقال.

8- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير سنوات الاعتقال.

9- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة

منـهج الدراسة.

مجتمع الدراسة.

عينـة الدراسة.

أدوات الدراسة.

صدق الاستبيان.

ثبات الاستبيان.

المعالجة الاحصائية.

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة

المقدمة:

تهتم الدراسة الحالية بالتعرف على علاقة الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة بقلق المستقبل، ويأتي الفصل الرابع للتعرف على إجراءات الدراسة، حيث سيتضمن التعرف على منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، عينة الدراسة، أدوات الدراسة، صدق الاستبيان، ثبات الاستبيان، وأهم الأساليب الإحصائية المستخدمة.

منهج الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، لمناسبته لطبيعة الدراسة، حيث يرى ملحم (2000: 324) أن المنهج الوصفي التحليلي عبارة عن أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة، وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة، وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسات الدقيقة.

لذا فإن الباحثة اعتمدت على هذا المنهج للوصول إلى المعرفة الدقيقة والتفصيلية حول مشكلة البحث، ولتحقيق تصور أفضل وأدق للظاهرة موضع الدراسة، وبالاعتماد على مصدرين أساسيين من مصادر جمع البيانات وهي:

المصادر الثانوية: وتمثلت بمجموعة من المراجع والكتب والمجلات والدوريات والمنشورات التي تتعلق بدراسة الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وأية مراجع قد ترى الباحثة أنها تسهم في إثراء الدراسة بشكل علمي، وتنوي الباحثة من خلال اللجوء للمصادر الثانوية في الدراسة، التعرف على الأسس والطرق العلمية السليمة في كتابة الدراسة، وكذلك أخذ تصور عام عن آخر المستجدات التي حدثت وتحدث في مجال الدراسة.

المصادر الأولية: وكانت عبارة عن استبانة مكونة من مقياس للرضا عن الحياة، مقياس قلق المستقبل، من تقنين وإعداد الباحثة، وسيتم التطرق إلى تفاصيل هذه المقاييس لاحقاً.

مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة الحالية بجميع الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، ضمن إطار صفقة تبادل الأسرى المعروفة باسم "وفاء الأحرار"، والبالغ عددهم نحو 167 محرراً، حيث وصل منهم إلى قطاع غزة، 163 أسيراً محرراً، وبقي منهم في قطاع غزة حتى تاريخ 1/ فبراير/ 2013، حوالي 153 أسيراً محرراً، وكان هناك أربعة أسرى رفضوا الابعاد إلى قطاع غزة، كما كان هناك 10 أسرى قد غادروا قطاع غزة قبل تطبيق أدوات الدراسة، فمنهم كان في رحلة العمرة في الديار الحجازية، ومنهم خرج لتلقي العلاج أو مقابلة الأهل في الخارج، وتحديداً في جمهورية مصر العربية، والمملكة الأردنية، حسب ما أفادت وزارة الأسرى وشؤون المحررين.

عينة الدراسة:

العينة الاستطلاعية: قامت الباحثة باختيار 30 أسيراً محرراً مبعداً إلى قطاع غزة بالطريقة العشوائية البسيطة، كعينة استطلاعية، وذلك لتقنين أدوات الدراسة ومقاييسها، والتعرف على صدقها وثبات نتائجها.

العينة الفعلية: قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية بلغ عددهم نحو (120) أسيراً محرراً مبعداً إلى قطاع غزة ضمن صفقة وفاء الأحرار، وقامت بتطبيق أدوات الدراسة عليهم واستطاعت استرداد نحو 112 استبانة صحيحة قابلة للتعامل الإحصائي، وعليه فإن نسبة الاسترداد بلغت نحو 93.33%، وهي نسبة مقبولة، وعليه فإن عينة الدراسة عبارة عن 73.20% من مجتمع الدراسة الأصلي.

وصف عينة الدراسة:

الجدول التالي عبارة عن وصفاً لعينة الدراسة، من حيث العمر، عدد مرات الاعتقال، عدد سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية.

جدول رقم (1)

عينة الدراسة حسب متغيراتهم الديمغرافية

(العمر، الانتماء السياسي، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية)

البيان	المتغيرات	التكرار	النسبة المئوية
العمر	أقل من 30 عام	12	10.70
	31 – 40 عام	60	53.60
	40 عام فأكثر	40	35.70
الإجمالي		**112**	**100.0**
عدد مرات الاعتقال	مرة واحدة	68	60.68
	مرتان	33	29.50
	ثلاث مرات	11	9.28
الإجمالي		**112**	**100.0**
سنوات الاعتقال	5 سنوات فأقل	8	7.10
	6 – 10 سنوات	55	49.10
	11 – 15 سنة	29	25.90
	أكثر من 15 سنة	20	17.90
الإجمالي		**112**	**100.0**
الحالة الاجتماعية	متزوج قبل التحرر	31	27.70
	متزوج بعد التحرر	78	69.60
	أعزب	3	2.70
الإجمالي		**112**	**100.0**

من خلال الجدول السابق يتبين لنا أن (53.60%) من العينة تتراوح أعمارهم ما بين (31 – 40 عاماً)، وكان (35.70%) منهم أكثر من 40 عاماً، بينما كان (10.7%) منهم لم تتجاوز أعمارهم 30 عاماً.

ومعظم أفراد العينة اعتقلوا لمرة واحدة على الأقل، حيث كان (60.68%) منهم اعتقل مرة واحدة، وكان (29.50%) اعتقل مرتان، بينما كان (9.28%) منهم اعتقل ثلاث مرات فأكثر.

وكان معظم الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة ممن أقضوا سنوات اعتقال طويلة، حيث كان منهم (49.10%) قضى مدى تتراوح ما بين (6 – 10 سنوات)، في سجون الاحتلال

الإسرائيلي، وكان (25.90%) منهم قضى مدة (11 – 15) سنة، بينما كان (17.90%) منهم قضى مدة اعتقال تجاوزت الخمسة عشر سنة، وكان (7.10%) لم يقضي في سجون الاحتلال مدة (5) سنوات.

ومن الجدول السابق يتضح لنا أيضاً أن (27.70%) من عينة الدراسة متزوج قبل التحرر، بينما كان (69.60%) قد تزوجوا بعد التحرر، وكان (2.70%) منهم غير متزوج.

أدوات الدراسة:

استعانت الباحثة بعدة أدوات، بهدف التوصل إلى إجابات لتساؤلات الدراسة، والتحقق من فروضها، وكانت هذه الأدوات عبارة عن:

استبانة البيانات الشخصية:

وكان عبارة عن خمسة تساؤلات وهي: العمر، عدد مرات الاعتقال، عدد سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية.

مقياس الرضا عن الحياة: حيث قامت الباحثة بإعداد مقياس للرضا عن الحياة مكون من (79) فقرة، موزعة على سبعة مجالات أساسية.

مقياس قلق المستقبل: قامت الباحثة بإعداد مقياساً لقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، ضمن صفقة وفاء الأحرار، وكان المقياس عبارة عن (46) فقرة.

المقابلات الشخصية: قامت الباحثة بإجراء عدة مقابلات شخصية مقننة مع ذوي الاختصاص، من وزارة الأسرى، وبعض الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

1- مقابلة مع الأستاذ: أشرف حسين (2013) – وزارة الأسرى.

2- مقابلة مع الأسير المحرر المبعد إلى قطاع غزة: محمود مرداوي (2013).

وقامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا عن الحياة، ومقياس قلق المستقبل، وسنتناول كل مقياس على حدة:

أولاً: مقياس الرضا عن الحياة.

وصف المقياس:

قامت الباحثة بالاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغير الرضا عن الحياة، وفئة الأسرى، وقامت ببناء مقياس مكون من (80) فقرة في صورته الأولية، موزعة على سبعة مجالات أساسية، تمثل أبعاد الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وقامت بالتأكد من صدقه وثباته، ووضوح فقراته، ليصبح المقياس في صورته النهائية مكون من (79) فقرة موزعة على سبعة أبعاد والجدول التالي يصف لنا مقياس الرضا عن الحياة:

جدول رقم (2)

وصف مقياس الرضا عن الحياة أبعاده وفقراته

م.	الأبعاد	عدد الفقرات
البعد الأول	مجال السعادة	13
البعد الثاني	مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية	14
البعد الثالث	مجال التقدير الاجتماعي	8
البعد الرابع	مجال الطمأنينة	14
البعد الخامس	مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية	10
البعد السادس	مجال الرضا عن الحياة الصحية	10
البعد السابع	مجال الرضا عن الأمور الدينية	10
مقياس الرضا عن الحياة		79

صدق مقياس الرضا عن الحياة (Validity):

صدق المقياس يعني التأكد من أنها سوف تقيس ما أعدت لقياسه (العساف، 1995: 429)، كما يقصد بالصدق: شمول الاستبانة لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية ثانية، بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها (عبيدات وآخرون 2001: 179)، وقد قامت الباحثة بتقنين فقرات الاستبانة وذلك للتأكد من صدق أداة الدراسة، وقد تم التأكد من صدق فقرات الاستبيان بطريقتين:

أولاً: الصدق الظاهري "صدق المحكمين":

قامت الباحثة بعرض مقياس الرضا عن الحياة في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين تألفت من (7) أعضاء هيئة تدريسية في جامعة الأزهر، وجامعة الأقصى، وجامعة القدس المفتوحة، والمتخصصين في العلوم التربوية وعلم النفس والإحصاء، ويوضح الملحق رقم (5) أسماء المحكمين الذين قاموا مشكورين بتحكيم أداة الدراسة.

حيث طلبت الباحثة من المحكمين إبداء آرائهم في مدى ملائمة العبارات لقياس ما وضعت لأجله، ومدى وضوح صياغة العبارات ومدى مناسبة كل عبارة للمحور الذي تنتمي إليه، ومدى كفاية العبارات لتغطية كل محور من محاور متغيرات الدراسة الأساسية هذا بالإضافة إلى اقتراح ما يرونه ضرورياً من تعديل صياغة العبارات أو حذفها، أو إضافة عبارات جديدة لأداة الدراسة، وكذلك إبداء آرائهم فيما يتعلق بالبيانات الأولية (الخصائص الشخصية والوظيفية) المطلوبة من المبحوثين، إلى جانب مقاييس الاستبانة المستخدمة لقياس ظاهرة ومشكلة الدراسة.

واستنادا إلى الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون قامت الباحثة بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين، حيث تم تعديل صياغة العبارات وحذف أو إضافة البعض الآخر منها، وعلى ضوء تلك الآراء تم استبعاد بعض الفقرات وتعديل بعضها الآخر.

صدق الاتساق الداخلي (Internal Validity):

اعتمدت الباحثة العينة الاستطلاعية في احتساب صدق الاتساق الداخلي والبالغ عددهم نحو (30) أسيراً محرراً مبعداً إلى قطاع غزة ضمن صفقة وفاء الأحرار، ويقصد بصدق الاتساق الداخلي مدى اتساق وصدق الفقرة لقياس المحور الذي تنتمي إليه، ويتم هذا الأمر من خلال احتساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه هذه الفقرات، وكانت نتائج صدق الاتساق الداخلي كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول رقم (3)

معاملات الارتباط وقيمة (.Sig) بين كل فقرة من فقرات مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

م.	معامل الارتباط	قيمة (.Sig)	م.	معامل الارتباط	قيمة (.Sig)
أولاً: مجال السعادة			6	**0.466	0.002
1	**0.658	0.000	7	**0.440	0.004
2	**0.794	0.000	8	*0.361	0.017
3	**0.807	0.000	9	**.672	0.000
4	**0.636	0.000	10	**0.620	0.000
5	**0.640	0.000	11	**0.757	0.000
6	**0.685	0.000	12	**0.513	0.001
7	**0.724	0.000	13	*0.366	0.015
8	**0.768	0.000	14	**0.460	0.003
9	**0.585	0.000	**خامساً: الرضا عن الحياة الاقتصادية**		
10	**0.409	0.000	1	**0.653	0.000
11	**0.650	0.000	2	*0.310	0.045
12	**0.718	0.000	3	**0.690	0.000
13	**0.551	0.000	4	**0.488	0.001
ثانياً: مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية			5	**0.383	0.012
1	**0.696	0.000	6	**0.745	0.000
2	**0.500	0.001	7	**0.722	0.000
3	**0.763	0.000	8	**0.385	0.008
4	**0.397	0.009	9	*0.320	0.014
5	**0.562	0.000	10	**0.628	0.000
6	**0.576	0.000	**سادساً: مجال الرضا عن الحياة الصحية**		
7	**0.486	0.001	1	*0.350	0.012
8	**0.594	0.000	2	**0.646	0.000
9	**0.560	0.000	3	**0.849	0.000
10	**0.578	0.000	4	**0.484	0.001
11	**0.654	0.000	5	**0.430	0.004
12	**0.721	0.000	6	**0.535	0.000
13	**0.629	0.000	7	**0.575	0.000
14	*0.386	0.012	8	**0.580	0.000
ثالثاً: مجال التقدير الاجتماعي			9	**0.605	0.000
1	*0.378	0.014	10	**0.509	0.001
2	**0.700	0.000	**سابعاً: مجال الرضا عن الأمور الدينية**		
3	**0.720	0.000	1	**0.698	0.000
4	**0.791	0.000	2	**0.640	0.000
5	**0.727	0.000	3	**0.538	0.000
6	**0.750	0.000	4	**0.594	0.000
7	**0.559	0.000	5	**0.656	0.000
8	**0.514	0.000	6	**0.733	0.000
رابعاً: مجال الطمأنينة			7	**0.795	0.000
1	**0.437	0.004	8	**0.706	0.000

0.000	**0.523	9	0.000	**0.522	2
0.000	**0.760	10	0.000	**0.531	3
**Correlation coefficient is sign at (α ≤ 0.01) * Correlation coefficient is sign at (α ≤ 0.05)			0.014	*0.377	4
			0.023	*0.351	5

من خلال الجدول رقم (3) يتبين لنا أن جميع فقرات مقياس الرضا عن الحياة تتمتع بصدق اتساق داخلي مناسب عند مستوى الدلالة 0.05، وهناك فقرات حظيت بصدق اتساق داخلي عند مستوى دلالة 0.05، حيث يبين لنا الجدول رقم (3) أن جميع قيم (.Sig) الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05، وهذا دليل على صدق الفقرات وقدرتها على قياس الرضا عن الحياة وقدرتها على قياس أبعاد الرضا عن الحياة.

الصدق البناء لمقياس الرضا عن الحياة (External Validity):

يقصد بالصدق البناء أن تعبر محاور المقياس عن الدرجة الكلية للمقياس، والصدق البناء يعكس درجة ملاءمة المجالات وقدرتها على قياس الدرجة الكلية، ويتم التعرف على صدق المقياس البناء من خلال احتساب معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية للرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة وفق اتفاق صفقة وفاء الأحرار، والجدول التالي يبين لنا نتائج الصدق البناء للرضا عن الحياة:

جدول رقم (4)

نتائج الصدق البناء لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة

النتيجة	قيمة (.Sig)	معامل الارتباط	البيان	مسلسل
**	0.000	0.719	مجال السعادة	البعد الأول
**	0.000	0.743	مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية	البعد الثاني
**	0.000	0.668	مجال التقدير الاجتماعي	البعد الثالث
**	0.000	0.754	مجال الطمأنينة	البعد الرابع
**	0.000	0.624	مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية	البعد الخامس
**	0.000	0.616	مجال الرضا عن الحياة الصحية	البعد السادس
**	0.000	0.667	مجال الرضا عن الأمور الدينية	البعد السابع

**Correlation coefficient sign at (α ≤ 0.01) * Correlation coefficient sign at (α ≤ 0.05)

الجدول رقم (4) يبين لنا أن جميع قيم (Sig.) الاحتمالية كانت أقل من مستوى الدلالة 0.01، بمعنى أن معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، بمعنى أن مقياس الرضا عن الحياة يتمتع بصدق بناء مناسب.

ثبات مقياس الرضا عن الحياة (Reliability):

يقصد بثبات المقياس استقرار نتائج تحليل الاستبيان، أي أنه لو قامت الباحثة بتوزيع المقياس على مجتمع الدراسة الأصلي ستعطي نفس النتائج، بشرط توافق الظروف والشروط المواتية، حيث يؤكد العساف (1995: 430) بأن ثبات الأداة يعني التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة تقريبا لو تكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم في أوقات. وقامت الباحثة بالتأكد من ثبات مقياس الرضا عن الحياة من خلال عدة طرق كما هو مبين بالجداول التالية:

طريقة التجزئة النصفية (Split-Half Coefficient):

حيث تقوم هذه الطريقة على أساس إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين معدل الفقرات فردية الرتب ومعدل الفقرات زوجية الرتب لكل محور من محاور الدراسة ولكل مقياس من مقاييس الدراسة وللدرجة الكلية للاستبيان، ومن ثم تصحيح معامل الارتباط من باستخدام معادلة سبيرمان براون للتصحيح (Spearman-Brown Coefficient)، وذلك باستخدام المعادلة ($\frac{2R}{R+1}$) حيث (R) هو معامل الارتباط، وكانت النتائج كما تظهر في الجدول رقم (5):

جدول رقم (5)

معاملات الثبات وفقاً لطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية لفقرات

مسلسل	البيان	معامل الارتباط	معامل الارتباط المصحح	قيمة (Sig.)
البعد الأول	مجال السعادة	0.788	0.882	0.000
البعد الثاني	مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية	0.522	0.686	0.000
البعد الثالث	مجال التقدير الاجتماعي	0.625	0.769	0.000
البعد الرابع	مجال الطمأنينة	0.472	0.641	0.000
البعد الخامس	مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية	0.413	0.585	0.000
البعد السادس	مجال الرضا عن الحياة الصحية	0.354	0.523	0.000
البعد السابع	مجال الرضا عن الأمور الدينية	0.698	0.822	0.000
الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة		0.666	0.800	0.000

من خلال الجدول رقم (5) يتبين لنا أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، حيث كانت جميع قيم (.Sig) الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة 0.01، بمعنى أن أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية لفقراته تتمتع بثبات مناسب.

طريقة معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha Coefficient):

وتقوم هذه الطريقة على أساس احتساب معاملات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس وللدرجة الكلية لفقراته، والتعرف على معدلات الثبات، والجدول رقم (6) يبين لنا نتائج الثبات وفقاً لطريقة معاملات ألفا كرونباخ لمقياس الرضا عن الحياة، وأبعادع:

جدول رقم (6)

معاملات الثبات وفقاً لطريقة معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية لفقراته

مسلسل	البيان	معامل ألفا كرونباخ	معامل الثبات
البعد الأول	مجال السعادة	0.895	94.60
البعد الثاني	مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية	0.794	89.11
البعد الثالث	مجال التقدير الاجتماعي	0.818	90.44
البعد الرابع	مجال الطمأنينة	0.694	83.31
البعد الخامس	مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية	0.703	83.85
البعد السادس	مجال الرضا عن الحياة الصحية	0.701	83.73
البعد السابع	مجال الرضا عن الأمور الدينية	0.859	92.68
الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة		0.848	92.08

*Reliability Coefficient = $\sqrt{\text{Cronbach's Alpha Coefficient}}$

من خلال الجدول رقم (6) يتبين لنا أن معاملات ألفا كرونباخ كانت مرتفعة لكل بعد من أبعاد مقياس الرضا عن الحياة والدرجة الكلية لفقراته، حيث تراوحت معاملات ألفا كرونباخ ما بين (0.694 – 0.895)، وبلغ معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للمقياس 0.848، وهو معدل مرتفع يؤكد أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع، كما نلاحظ أن معاملات الثبات كانت مرتفعة، حيث بلغ معامل الثبات لجميع فقرات وأبعاد مقياس الرضا عن الحياة ما نسبته 92.08%، وهي نسبة مرتفعة تؤكد أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

ثالثاً: مقياس قلق المستقبل:

قامت الباحثة بالاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع قلق المستقبل، وقامت بإعداد مقياساً لقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، ضمن صفقة وفاء الأحرار، وكان المقياس عبارة عن (46) فقرة. وقامت الباحثة بالتأكد من صدقه وثباته من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (30) أسيراً محرراً.

صدق مقياس قلق المستقبل:

صدق المحكمين "الصدق الظاهري":

قامت الباحثة بعرض مقياس قلق المستقبل في صورته الأولية على مجموعة من علماء النفس، وأساتذة الجامعات الفلسطينية، لكسب الصدق الظاهري، حيث قامت بتعديل وتقنين فقراته، وإعادة صياغة بعضها، وحذف البعض الآخر، حسب مقترحات لجنة التحكيم.

صدق الاتساق الداخلي لفقرات مقياس قلق المستقبل:

وتم حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس قلق المستقبل والدرجة الكلية لفقرته، والجدول رقم (7) يبين لنا نتائج صدق الاتساق الداخلي لمقياس قلق المستقبل:

جدول رقم (7)

معامل الارتباط وقيمة (.Sig) بين كل فقرة من فقرات مقياس قلق المستقبل والدرجة الكلية لفقراته

م.	معامل الارتباط	قيمة (.Sig)	م.	معامل الارتباط	قيمة (.Sig)
1	**0.641	0.000	24	**0.565	0.000
2	**0.721	0.000	25	**0.691	0.000
3	**0.257	0.006	26	**0.541	0.000
4	**0.569	0.000	27	**0.612	0.000
5	**0.356	0.000	28	**0.573	0.000
6	**0.673	0.000	29	**0.763	0.000
7	**0.694	0.000	30	**0.378	0.000
8	**0.651	0.000	31	**0.490	0.000
9	**0.727	0.000	32	**0.527	0.000
10	*0.210	0.026	33	**0.259	0.006
11	**0.455	0.000	34	**0.253	0.007
12	**0.321	0.001	35	*0.211	0.026
13	**0.248	0.000	36	**0.386	0.000
14	**0.499	0.000	37	**0.348	0.000
15	**0.377	0.000	38	**0.332	0.000

0.000	**0.403	39	0.000	**0.492	16
0.000	**0.437	40	0.000	**0.498	17
0.024	*0.213	41	0.000	**0.504	18
0.000	**0.531	42	0.000	**0.421	19
0.000	**0.561	43	0.018	*0.244	20
0.000	**0.572	44	0.000	**0.550	21
0.000	**0.566	45	0.005	**0.265	22
0.000	**0.328	46	0.000	**0.541	23

**Correlation coefficient is sign at ($\alpha \leq 0.01$)

* Correlation coefficient is sign at ($\alpha \leq 0.05$)

من خلال الجدول رقم (7) يتبين لنا أن معظم فقرات مقياس قلق المستقبل تحظى بارتباط مرتفع دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، كما نلاحظ بأن هناك فقرات تحظى بارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05.

ثبات الاستبيان (Reliability):

وقامت الباحثة بالتأكد من ثبات مقياس قلق المستقبل من خلال عدة طرق كما هو مبين بالجداول التالية:

طريقة التجزئة النصفية (Split-Half Coefficient):

حيث قامت الباحثة بإيجاد معامل ارتباط بيرسون بين معدل الفقرات فردية الرتب ومعدل الفقرات زوجية الرتب لكل محور من محاور الدراسة ولكل مقياس من مقاييس الدراسة وللدرجة الكلية للاستبيان، ومن ثم تصحيح معامل الارتباط من باستخدام معادلة سبيرمان براون للتصحيح (Spearman-Brown Coefficient)، وذلك باستخدام المعادلة ($\frac{2\,R}{R+1}$) حيث (R) هو معامل الارتباط، وكانت النتائج كما تظهر في الجدول رقم (8):

جدول رقم (8)

معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس قلق المستقبل

قيمة (Sig.)	معامل الارتباط المصحح	معامل الارتباط	البيان
0.000	0.792	0.655	مقياس قلق المستقبل

من خلال الجدول رقم (8) يتبين لنا أن معامل الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، حيث أن قيمة (.Sig) الاحتمالية أقل من مستوى الدلالة 0.01، بمعنى مقياس قلق المستقبل يحظى بثبات مرتفع.

طريقة معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha Coefficient):

قامت الباحثة باحتساب معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل، ومعدل الثبات وفقاً لهذه الطريقة والنتائج كما بالجدول رقم (9):

جدول رقم (9)

معامل الثبات وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ لمقياس قلق المستقبل

البيان	معامل ألفا كرونباخ	معامل الثبات
مقياس قلق المستقبل	0.874	93.49

$$^{*}\text{Reliability Coefficient} = \sqrt{\text{Cronbach's Alpha Coefficient}}$$

من خلال الجدول رقم (9) يتبين لنا أن معامل ألفا كرونباخ لمقياس قلق المستقبل بلغ 0.874، وعليه فإن معدل الثبات يساوي 93.49%، وهو معدل مرتفع، يؤكد على أن مقياس قلق المستقبل يتمتع بثبات مرتفع.

المعالجات الإحصائية:

استعانت الباحثة بالمنهج الوصفي التحليلي، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس للرضا عن الحياة ومقياس لقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام برنامج (Microsoft Excel) لتفريغ البيانات وترميزها إلى الحاسب الآلي وفقاً لسلم تدرج خماسي، أما بالنسبة لتحليل البيانات فتم استخدام برنامج رزمة التحليل الإحصائي المعروف باسم (Statistical Package for Social Science) (Spss)، لإجراء بعض الاختبارات المناسبة وكان أهم هذه الاختبارات:

1- التكرارات والنسب المئوية: ويستخدم في التعرف على الخصائص الشخصية لعينة الدراسة.
2- المتوسط الحسابي (Mean): وذلك لمعرفة مدى ارتفاع وانخفاض استجابات أفراد العينة على فقرات ومحاور الاستبيان، وهو مفيد لترتيب الفقرات.

3- اختبار معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha Coefficient): وذلك للتعرف على ثبات الاستبيان واستقرار نتائجه.

4- اختبار معامل الارتباط بيرسون لقياس صدق الاستبيان.

5- معادلة سبيرمان بروان: للتعرف على ثبات الاستبيان وفقاً لطريقة التجزئة النصفية.

6- اختبار كولومجروف – سمرنوف (1-Sample K-S): لمعرفة نوع البيانات وما إذا كانت تخضع لتوزيعاً طبيعياً أم لا.

7- اختبار (t) لمتوسط العينة الواحدة (One sample T test): لمعرفة الفرق بين متوسط الفقرة والمتوسط الحيادي.

8- اختبار العينتين المستقلتين (Independent samples T test) للتعرف على طبيعة الفروق بين مجموعتين ترتيبيتين.

9- تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتحقق من فروض الدراسة والتعرف على الفروق بين أكثر من مجموعتين ترتيبيتين.

10- اختبار شفيه لتجانس التباين (Scheff'e Test): للتعرف على طبيعة الفروق الفردية ولصالح أي مجموعة من عينة البحث.

الفصل الخامس

عرض النتائج ومناقشتها

اختبار التوزيع الطبيعي.

الإجابة على التساؤلات.

النتائج.

التوصيات.

المقترحات.

الفصل الخامس
عرض النتائج ومناقشتها

المقدمة:

يشمل الفصل الخامس على عرض نتائج تحليل البيانات ومناقشة ما تم التوصل إليه، حيث سيتضمن أولاً نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لمحاور الاستبيان، وتحليل البيانات والإجابة على تساؤلات الدراسة، إضافة إلى التحقق من الفرضيات.

اختبار التوزيع الطبيعي:

ويقصد باختبار التوزيع الطبيعي لمحاور الاستبيان وللدرجة الكلية هو التعرف على طبيعة البيانات التي تم جمعها من عينة الدراسة، والحكم على نوعها من حيث أنها تخضع لتوزيع طبيعي أو لا تخضع، وذلك لتحديد نوع الاختبارات الواجب إجراءها معلمية أو تلك الاختبارات اللامعلمية.

ويعتني الباحثون بالتحقق من اعتدالية منحنى البيانات، وطبيعتها للتحديد الاختبارات السليمة التي تعطي نتائج دقيقة، ولتحقيق ذلك قامت الباحثة باستخدام اختبار كولمجروف – سمرنوف (1-Sample Kolmogorov-Smirnov) لتحديد طبيعة البيانات إذا كانت تخضع لتوزيعاً طبيعياً أم، لا.

والجدول رقم (10) يستعرض اختبار كولمجروف – سمرنوف، واختارات الباحثة هذا الاختبار بحكم أن العينة أكثر من 30 مفردة، حيث أظهرت النتائج ما يلي:

جدول رقم (10)

نتائج اختبار التوزيع الطبيعي (1-Sample Kolmogorov-Smirnov)

مسلسل	البيان	قيمة (Z)	قيمة (.Sig)
البعد الأول	مجال السعادة	0.975	0.298
البعد الثاني	مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية	1.100	0.178
البعد الثالث	مجال التقدير الاجتماعي	1.044	0.226
البعد الرابع	مجال الطمأنينة	1.147	0.144
البعد الخامس	مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية	0.916	0.371
البعد السادس	مجال الرضا عن الحياة الصحية	0.663	0.342
البعد السابع	مجال الرضا عن الأمور الدينية	1.102	0.232
مقياس الرضا عن الحياة		1.111	0.169
مقياس قلق المستقبل		1.068	0.204

من خلال الجدول رقم (10) يتبين لنا أن قيم (.Sig) الاحتمالية لجميع المحاور ومقاييس الاستبيان كانت أكبر من 0.05، بمعنى أن قيمة ($sig. > 0.05$)، وهذا يدل على أن البيانات تخضع لتوزيع طبيعي وعلى الباحثة أن تستخدم الاختبارات المعلمية.

الإجابة على تساؤلات الدراسة:

الإجابة على تساؤل الدراسة الرئيس: ما علاقة الرضا عن الحياة بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم صياغة الفرضية التالية:

لا يوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار بيرسون للتعرف على طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعيدن إلى قطاع غزة.

جدول رقم (11)

معامل الارتباط بيرسون بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين

المحاور		الرضا عن الحياة	R^2
قلق المستقبل	معامل الارتباط	//- 0.154	0.024
	قيمة (.Sig)	0.105	

// Correlation coefficient isn't sign at ($\alpha \leq 0.05$)

من خلال الجدول السابق رقم (11) تبين لنا أن قيمة (.Sig) الاحتمالية كانت 0.105، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أن معامل الارتباط بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى أفراد العينة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة غير دالة إحصائياً.

بمعنى أنه لا يوجد علاقة ارتباطية بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى أفراد العينة من الأسرى المحررين المبعيدن إلى قطاع غزة.

على أي حال فإن معامل الارتباط كان (0.154 -) وهي علاقة سالبة ضعيفة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وغير دالة إحصائياً، حيث أن معامل الارتباط ضعيف جداً، وعليه فإن معامل التحديد بلغ 0.024، بمعنى أن التغير في الرضا عن الحياة يفسر فقط ما نسبته 2.40% من الغير في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

وتفسر الباحثة هذه النتائج إلى أنه من الطبيعي أن تكون علاقة سالبة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، حيث أن تحقيق الرضا عن الحياة يجعل الفرد أكثر قدرة على التكيف الاجتماعي، وأن الراضي عن حياته يكون أكثر عقلانية في تفكيره وتوجهه نحو الحياة والمستقبل، كذلك يمكن القول بأن الفرد الراضي عن حياته خاصة لم تعرض لخبرة سابقة أو صدمة نفسية أو جسمية يستكيع التعامل مع المواقف والصدمات والاضطرابات وقد يشعر بالتوتر والخوف، لكن شعوره يكون ايجابياً بحيث يقوم بردة فعل مناسبة، بعيداً عن التهور.

وترى الباحثة بأن العلاقة لم تكن دالة إحصائياً نظراً لخصوصية الفئة التي تعتني بهم الدراسة وهم الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، حيث أن مستوى القلق جاء نتيجة لخبرات سابقة، والخوف من المستقبل، لكن مستوى الرضا عن الحياة كان يرجع للظروف المواتية لديهم، حيث التحرر من قبضة الاحتلال والعيش بين أهل قطاع غزة، ونيل تقديراً اجتماعياً وبناء علاقات اجتماعية سوية،

كما أنهم أظهروا بأن لديهم ظروف اقتصادية مناسبة، وأنهم يتمتعون برضا عن الأحوال والأمور الدينية.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (عبد الحليم، 2010) والتي أكد فيها أن العلاقة سالبة بين قلق المستقبل ومعنى الحياة لدى الشباب الجامعي لكن هذه العلاقة غير دالة إحصائياً.

بينما اختلف هذه النتائج مع نتائج دراسة (خميس، 2012) والتي أكد على وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وتعزو الباحثة سبب الاختلاف لاختلاف الأبعاد التي قام باختيارها لجودة الحياة حيث كانت الأبعاد عبارة عن تقدير السعادة، تقدير النضج الشخصي، الرضا عن الحياة، الأمل في الحياة، معنى الحياة، والفئة والتي كانت عبارة عن معلمات رياض الأطفال.

فكانت العلاقة ضعيفة نظراً لبعد الظروف التي تم قياسها في مقياس الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وللمزيد انظر الجدول التالي رقم (10).

كما أن الفرد المسلم المؤمن بطبيعته راضي عن حياته في السراء والضراء، ويبدو قلقاً فطرياً من المستقبل المجهول، والشعب الفلسطيني قد تعرض للعديد من الصعاب والحروب، وصدمات النفسية والجسمية والاجتماعية، وهذه الصدمات أكسبتهم خبرة في المواجهة للمؤثرات على اختلاف أنواعها سواء، وعليه فإن الأسرى المحررين لديهم مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة وبلغت نسبته 77.40%، ولديهم قلق متوسط بلغت نسبته 62.20%، ولم تستطيع أبعاد الرضا عن الحياة تفسير إلى نسبة قليلة من قلق المستقبل لدى أفراد العينة، فلهذه الأسباب لم تكن علاقة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وقلق المستقبل لديهم.

أما الجدول التالي رقم (12) يبين لنا نتائج معاملات الارتباط بين مجالات الرضا عن الحياة والدرجة الكلية لقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة:

جدول رقم (12)

معامل الارتباط بين كل مجال من مجالات الرضا عن الحياة ومقياس قلق المستقبل

المحاور	قلق المستقبل	معامل الارتباط	قيمة (.Sig)
البعد الأول	**السعادة**	**-0.397**	0.000
البعد الثاني	**الرضا عن العلاقات الاجتماعية**	//-0.125	0.189
البعد الثالث	**التقدير الاجتماعي**	//-0.144	0.130
البعد الرابع	**الطمأنينة**	//0.006	0.946
البعد الخامس	**الرضا عن الحياة الاقتصادية**	//-0.020	0.836
البعد السادس	**الرضا عن الحياة الصحية**	//-0.043	0.653
البعد السابع	**الرضا عن الأمور الدينية**	//-0.048	0.613

من خلال الجدول رقم (12) يتبين لنا ما يلي:

ظهرت علاقة سالبة دالة إحصائياً بين مستوى السعادة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة وقلق المستقبل، حيث كان معامل الارتباط (0.397 −) وكانت قيمة (.Sig) الاحتمالية 0.00، وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أن الارتباط دال إحصائياً، وهذه نتيجة منطقية حيث كلما زادت السعاد الحاضرة يقل القلق من المستقبل، وترى الباحثة أن العلاقة بين السعادة وقلق المستقبل لدى أفراد العينة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع كانت سالبة حيث أن سعادة الأسرى بالإفراج جعلتهم يظهرون مستويات منخفضة من القلق.

وظهرت علاقة سالبة غير دالة إحصائياً بين الرضا عن العلاقات الاجتماعية وقلق المستقبل لدى أفراد العينة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، حيث بلغ معامل الارتباط نحو (− 0.125) وهو معامل منخفض، وكانت قيمة (.Sig) الاحتمالية 0.189 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا يوجد علاقة دالة إحصائياً، وتأتي هذه النتيجة للدلالة على أن مستوى العلاقات الاجتماعية لا تؤثر بمستوى القلق من المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وأن تغير في الرضا عن العلاقات الاجتماعية لم يفسر التغير في قلق المستقبل.

ظهرت علاقة سالبة غير دالة إحصائياً بين التقدير الاجتماعي لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وقلق المستقبل لديهم حيث بلغ معامل الارتباط نحو (0.144 −)، وهو معامل ارتباط ضعيف جداً، وكانت قيمة (.Sig) الاحتمالية 0.130، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أن المعامل غير دال إحصائياً.

وبلغ معامل الارتباط بين الطمأنينة وقلق المستقبل لدى أفراد العينة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة (0.006) وكانت قيمة (.Sig) الاحتمالية 0.946، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا يوجد علاقة بين الطمأنينة وقلق المستقبل، ومعامل الارتباط ضعيف جداً، يظهر بأنه لا علاقة بين الطمأنينة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة وقلق المستقبل لديهم.

وكانت نتيجة معامل الارتباط بين مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة وقلق المستقبل (0.020 –)، وهو معامل ارتباط ضعيف جداً، وكانت قيمة (.Sig) الاحتمالية 00836 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أن معامل الارتباط غير دال إحصائياً، لكن يظهر أن معامل الارتباط كان سالباً وغي دالاً، يعكس أن الرضا عن الحياة الاقتصادية لم تؤثر في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

وكان معامل الارتباط بين الرضا عن الحياة الصحية وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة (0.043 –)، وكانت قيمة (.Sig) الاحتمالية 0.653، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا علاقة بين مجال الرضا عن الحياة الصحية وقلق المستقبل، وأن معامل الارتباط سالب وضعيف جداً، ولا علاقة بين الرضا عن الحياة الصحية وقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة.

كذلك كان معامل الارتباط بين الرضا عن الأمور الدينية وقلق المستقبل (0.048 –)، وكانت قيمة (.Sig) الاحتمالية 0.613، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أن معامل الارتباط السالب لم يكن دال إحصائياً، وأنه لا علاقة بين مستوى الرضا عن الأمور الدينية وقلق المستقبل لدى أفراد العينة.

الإجابة على التساؤل الفرعي الأول: ما مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة؟.

وللإجابة على هذا التساؤل قامت الباحثة بإجراء بعض الاختبارات المناسبة، ومنها: المتوسط الحسابي لاستجابات المبحوثين، الوزن النسبي للاستجابات، قيمة اختبار (t) للعينة الواحدة، مستوى

الدلالة قيمة (Sig.) الاحتمالية وترتيب مجالات الرضا عن الحياة، والجدول رقم (13) يبين لنا النتائج:

جدول رقم (13)

المتوسط الحسابي والوزن النسبي واختبار (t) والترتيب لمجالات الرضا عن الحياة

البعد	البيان	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	قيمة (t)	قيمة (Sig.)	الترتيب
الأول	مجال السعادة.	3.89	77.80	15.60	0.002	4
الثاني	مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية.	4.21	84.20	26.99	0.008	1
الثالث	مجال التقدير الاجتماعي.	4.19	83.80	22.47	0.004	2
الرابع	مجال الطمأنينة.	3.55	71.00	12.28	0.000	6
الخامس	مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية.	3.78	75.60	16.74	0.034	5
السادس	مجال الرضا عن الحياة الصحية.	3.38	67.60	6.25	0.001	7
السابع	مجال الرضا عن الأمور الدينية.	4.11	82.20	18.22	0.001	3
مقياس الرضا عن الحياة		**3.87**	**77.40**	**22.41**	**0.000**	

T table at (df= 111, $\alpha \leq 0.05$) = 1.96

من خلال الجدول رقم (13) يتبين لنا أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة متوسطاً وبلغ ما نسبته 77.40%، كذلك يمكن ملاحظة بأن قيمة (Sig.) الاحتمالية كانت أقل من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أن (t) المحسوبة كانت أكبر من قيمة (t) الجدولية، وهذا يدل على أن المتوسط الحسابي دال إحصائياً، ويمكن أن نلاحظ بأن قيمة الاختبار كانت موجبة بمعنى أن العينة توافق على محتوى محاور ومجالات الرضا عن الحياة.

كذلك يمكن أن نستنتج بأن مستوى الرضا عن الحياة جاءت بنسبة متوسطة، وأن الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة ضمن صفقة وفاء الأحرار يتمتعون بمستوى جيد من الرضا عن حياتهم، ولعل ذلك يرجع أنه برغم الإبعاد تبقى غزة حضناً لهم وأفضل بكثير من ويلات سجون الاحتلال الإسرائيلي.

وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (سليمان، 2003)، والتي أكد فيها أن درجة الرضا عن الحياة لدى مديي الضفة الغربية كانت بنسبة 62.8%، وقد يكون سبب الاختلاف لاختلاف العينة واختلاف

الظروف المواتية في الضفة الغربية، إضافة إلى أن الدراسة أجريت عام 2003، وكانت الضفة الغربية غير مستقرة تماماً من النواحي الاقتصادية والسياسية والأمنية.

ومن خلال الجدول السابق يمكن أن نلاحظ أيضاً ما يلي:

1- حظي بعد الرضا عن العلاقات الاجتماعية لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة على المرتبة الأولى، حيث بلغ متوسط استجاباتهم نحو 4.21، وعليه فإن الوزن النسبي للاستجابات بلغ 84.20%، وهو معدل مرتفع يؤكد على أن الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة يتمتعون بعلاقات اجتماعية ملائمة وقد يرجع ذلك إلى كونهم فئة ضحت من أجل الكل الفلسطيني، وأن الجميع من حولهم يعاملهم معاملة حسنة، مما انعكس على مستوى علاقاتهم الاجتماعية، كما تعزو الباحثة هذه النسبة المرتفعة في مجال العلاقات الاجتماعي ورضا العينة عن العلاقات الاجتماعية نابع من الوحدة التي عاشها الأسير في سجون الاحتلال والانطلاق إلى الحياة الاجتماعية من جديد.

ومن خلال اطلاع الباحثة على أوضاع الأسرى المحررين في فترة الدراسة لاحظت أنهم يشاركون في الكثير من المناسبات الاجتماعية والوطنية والتضامنية، هذا جعلهم أكثر قرب من المواطنين والمؤسسات الأمر الذي جعلهم يتمتعون بعلاقات اجتماعية واسعة وطيبة.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (تفاحة، 2009) حيث بين أن أكثر العوامل المؤثرة في مستوى الرضا عن الحياة عامل التفاعل الاجتماعي.

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (عبد الحميد، 2013) والذي أكد على أن الأسرى المحررين يشعرون بمساندة ودعم اجتماعي مرتفع، بلغ ما نسبته (80%).

2- حظي بعد الرضا عن التقدير الاجتماعي على المرتبة الثانية حيث بلغ متوسط استجابات العينة 4.19، وهو معدل مرتفع وعليه فإن الوزن النسبي بلغ ما يقارب من 84%، وهي نسبة مرتفعة كذلك، تعكس حجم التقدير الذي يحظى به الأسير الفلسطيني، وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى الحفاوة التي يتلقاها الأسير المحرر بصفة عامة والأسير المحرر المبعد إلى قطاع غزة بصفة خاصة والمعاملة في قطاع غزة سواء على المستوى الرسمي كالمؤسسات والهيئات، وعلى المستوى الشعبي، من المواطنين.

3- أما المرتبة الثالثة فكانت لبعد الرضا عن الأمور الدينية وكان متوسط استجابات العينة على جميع فقرات محور الرضا عن الأمور الدينية مرتفعاً وبلغ 4.11، وعليه فإن الوزن النسبي بلغ نحو 82.20%، وهو معدل مرتفع، وهي نتيجة منطقية لاسيما وأن الشعب الفلسطيني يتمتع بالتزام ديني مرتفع نسبياً، خاصة الأسرى، ولكن يبقى التساؤل أنه لم يحظى بالمرتبة الأولى، وتفسر الباحثة ذلك بأنه مهما كان التزام الشخص من النواحي الدينية لا يرضى عن نفسه بنسب مرتفعة خاصة وأنه لا احد يصل إلى حد الكمال، فالجميع يعصي ربه، بمعنى آخر أن رضا الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، جاء بنسبة مناسبة ومرتفعة نسبياً، حيث أن الفرد المسلم يرى نفسه مقصراً من النواحي الدينية طامعاً بأن يكون أكثر التزاماً وأكثر قربى من الله عز وجل.

4- كان بعد السعادة ذات المرتبة الرابعة، حيث بلغ متوسط الاستجابات على جميع فقرات والدرجة الكلية للمجال نحو 3.89، وعليه فإن الوزن النسبي يبلغ 77.80%، وهي نسبة متوسطة، وجاءت هذه النسبة مرتفعة، وتعكس سعادة الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة بانتصارهم على سجانهم، وتحقيق أحد أمنياتهم، ألا وهي الإفراج.

وتشير الدراسات في علم النفس أن من يحقق أمنياته يكون سعيداً، فلعل سبب سعادة الأسرى المحررين نباع من تحقيق بعض أمنياتهم، كما تشير بعض الدراسات بأن من يحقق علاقات اجتماعية مناسبة ويحظى بتقدير اجتماعي مناسب يكن سعيداً ويحقق مستوى مرتفع على مقاييس السعادة.

وتعز الباحثة سبب ارتفاع الوزن النسبي لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع إلى عدة أسباب منها شعورهم بتقديراً اجتماعياً من الأهل في قطاع غزة، شعورهم بتحقيق بعضاً من أمنياتهم، والعلاقات الاجتماعية التي يتمتعون بها.

5- أما المرتبة الخامسة فكانت لبعد الرضا عن الحياة الاقتصادية، حيث بلغ متوسط الاستجابات لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة في صفقة وفاء الأحرار نحو 3.78، وعليه فإن الوزن النسبي 75.60%، وهو معدل متوسط، ولعل ذلك يرجع إلى طبيعة المميزات الاقتصادية التي تم منحها للأسرى بعد خروجهم، حيث تم تسليمهم سيارة ومنزل ووظيفة، وفي مجال الرضا عن الحياة الاجتماعية جاءت النسبة متوسطة، حيث أكدت العينة المبحوثة بأنهم

يمتلكون مميزات اقتصادية، رغم الظروف الصعبة في قطاع غزة، لاسيما غلاء بعض البضائع، لكن مقارنة بالضفة الغربية تعتبر البضائع مناسبة وتحت متناولهم.

وهنا تؤكد الباحثة على أن الأسير المحرر يحظى برضا عن الحياة الاقتصادية وأنهم في المعظم يمتلكون متطلبات الحياة العادية في قطاع غزة، وأن هذه المتطلبات منحتهم رضا مناسب حول الوضع الاقتصادي، رغم أن الدراسات النفسية المتعلقة بالرضا عن الحياة الاقتصادية تؤكد في الغالب على أن الرضا نسبي حيث أن الفرد يود أن يكون أفضل مما هو عليه، وهي فطرة إنسانية، فلو امتلكت شيء ما تود أن تمتلك أفضل منه.

فانطلاقاً من هذا المبدأ ترى الباحثة بأن هذه النتيجة منطقية أن يكون مستوى الرضا عن الحياة الاقتصادية متوسط رغم توفر العديد من المتطلبات الاقتصادية لكافة الأسى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وجاءت استجاباتهم متوافقة نظراً لتمتعهم بنفس المزايا الاقتصادية تقريباً.

6- كان الطمأنينة ذات المرتبة السادسة وما قبل الأخيرة، حيث بلغ متوسط استجابات العينة على محتوى البعد وفقراته نحو 3.55، وعليه فإن الوزن النسبي لاستجابات العينة يبلغ نحو 70.10%، وهي نسبة متوسطة، وتؤكد على أن العينة تحظى إلى حد ما بالطمأنينة، ولعل النسبة جاءت متوسطة بسبب الخبرات السابقة للأسرى حيث أنهم عاشوا بعضاً من سنين حياتهم تحت الأسر، فقد ترجع هذه النسبة المتوسطة إلى كون الفرد إذا تعرض لمحنة أو لعقبة من عقبات الحياة يبقى غير مطمئن من تكرارها.

وهنا تود الباحثة أن تشير بأن مستوى الطمأنينة الذي يحظى به الأسير مرتفع مقارنة بأفراد آخرين سبق أن تعرضوا لعقبات في حياتهم لعل ذلك يرجع إلى شعورهم بأن الاعتقال كان نتيجة الدفاع عن كرامة الأمة وهو واجب ديني وأخلاقي ووطني.

لكن يبقى الفرد من النواحي النفسية قلقاً وغير مطمئن لظروف الحياة أيضاً، بغض النظر عن طبيعة الخبرات الصادمة السابقة والتجارب النفسية التي يتعرض لها، كذلك جاءت الدراسة بعد تعرض بعض الأسرى لعدة مرات من الاعتقال، حيث أشارنا في الفصل الرابع وتحديداً في الجدول رقم (1) أن 44 أسيراً من عينة الدراسة البالغة نحو 112 أسيراً قد تعرضوا للاعتقال لأكثر من مرة.

كما أن الظروف الراهنة في قطاع غزة، تضع الفرد تحت الضغط النفسي من الحياة المستقبلية لاسيما وأن قطاع غزة تعرض في الفترة الأخيرة لحربين سبقهما انتكاسة الاقتتال الداخلي وما تبعه من انقسام على الساحة الفلسطينية، والحصار المفروض على قطاع غزة رغم خفة حدته في الآونة الأخيرة، لكن ترى الباحثة أنها جميعها أحداث تحد من طمأنينة الفرد العادي، والأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، أصبحوا جزءاً من الحياة اليومية في قطاع غزة، وعاشوا الحرب الأخيرة على القطاع وما لحقه من دمار.

7- وكان مجال الرضا عن الحياة الصحية ذات المرتبة السابعة والأخيرة بين مجالات مقياس الرضا عن الحياة الذي تبنته الباحثة، حيث بلغ متوسط استجابات الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة ضمن صفقة وفاء الأحرار 3.38، وبلغ الوزن النسبي المقابل ما نسبته 67.60%، رغم انخفاض النسبة إلى أن هناك موافقة من قبل العينة على محتوى فقرات مجال الرضا عن الحياة الصحية في قطاع غزة، لدى المبحوثين، لكن النسبة كانت منخفضة إلى حد ما.

وتعزو الباحثة سبب انخفاض نسبة الرضا عن الحياة الصحية، لعدة أمور منها ضعف الهياكل الصحية في قطاع غزة، ونقص الكادر الصحي في القطاع، إضافة إلى قلة الأدوية والمعدات والأجهزة الطبية اللازمة، وتشير نتائج التحليل أن العينة استجابة بنسب منخفضة على بعض الفقرات في مجال الرضا عن الحياة الصحية وأهمها أن المؤسسات الصحية في قطاع غزة لا تؤدي دورها بشكل سليم، وأظهرت النتائج أن هناك نسبة من العينة تخاف من الأمراض، ولعل عصرنا الذي نعيشه وانتشار الأمراض بشكل مخيف، أثر على عينة الدراسة.

ومن خلال اختلاط الباحثة وزياراتها التي قامت بها لمقر الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة لاحظت أن معظمهم يعاني من أمراض صحية بسبب الاعتقال السابق والممارسات الإسرائيلية بحقهم، فبقي رضاهم عن الحياة الصحية منخفضاً إلى حد ما.

ونستخلص مما سبق أن مستوى رضا الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة عن الأحوال الصحية جاء بنسبة ضعيفة لعدة أسباب منها سوء الأحوال الصحية بشكل عام في قطاع غزة، وخوف

الفرد من الأمراض فطرياً، إضافة إلى أن بعض الأسرى، إن لم يكن أغلبهم يعاني من بعض الأمراض منها المزمن.

على أي حال يمكن التأكيد أيضاً على أن الفرد بطبيعته قلقاً من الأمراض، وهذا طبيعي ومنطقي فالمرض يخشاه الجميع ليس الأسير فقط، ومن هنا ترى الباحثة أن النتيجة منطقية ولا جدل في أن الفرد يبقى قلقاً من الأمراض.

وبشكل عام فقد اختلفت نتائج الدراسة الحالية من حيث تتيب مجالات الرضا عن الحياة مع نتائج دراسة (سليمان، 2003)، والتي أكد فيها أن مجال الرضا عن الحياة العائلية والرضا عن الحياة الدينية حظي بالمرتبة الأولى، بينما كان مجال السلامة العامة ذات الترتيب الأخير، وتعزو الباحثة سبب الاختلاف إلى اختلاف البيئة واختلاف العينة، واختلاف الظروف المواتية حيث أجريت الدراسة في عام 2003، هناك فرق 10 سنوات مع الدراسة الحالية.

بينما اتفقت هذه النتائج مع نتائج دراسة (المالكي، 2011) والتي أكد فيها أن الرضا عن الحياة لدى السعويدات بلغ ما يقارب من 80%، وقد يرجع ذلك إلى طبيعة الحياة في المملكة العربية السعودية والرفاهية التي تتمتع بها السعوديات.

وفي نفس السياق تتفق النتيجة مع نتائج دراسة (عبد الحميد، 2013) والذي أكد بأن هناك انخفاض في مستوى الصحة العامة للأسرى المحررين، وفي نفس السياق أكد (أبو قاعود، 2008: 51) أن الأسرى الفلسطينيين يتعرضون لشتى ألوان التعذيب، مما ترك لديهم بعض المشكلات والأمراض الصحية، منها المزمن، ومنها له آثاراً مستقبلية متأخرة.

الإجابة على التساؤل الفرعي الثاني: "ما هو مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة؟".

وللإجابة على هذا التساؤل استخدمت الباحثة عدة اختبارات مناسبة ومنها: المتوسط الحسابي، الوزن النسبي اختبار العينة الواحدة (One Sample T Test) لمعرفة ما إذا كانت اجابات المبحوثين بلغت درجة الحياد أما لا، وكانت النتائج كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول رقم (14)

المتوسط الحسابي والوزن النسبي واختبار (t) لمقياس قلق المستقبل

البيان	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي	قيمة (t)	قيمة (Sig.)
مقياس قلق المستقبل	46	3.11	62.20	2.24	0.027

T table at (df= 111, α ≤ 0.05) = 1.96

من خلال الجدول رقم (14) يتبين لنا أن قيمة (Sig.) الاحتمالية بلغت نحو 0.027 وهي أقل من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى كما أن قيمة اختبار (t) المحسوبة بلغت 2.24 وهو أكبر من قيمة (t) الجدولية، مما يعني أن المتوسط الحسابي دال إحصائياً ولم يصل لدرجة الحياد، وكانت قيمة اختبار (t) موجبة بمعنى أن العينة توافق على محتوى فقرات مقياس قلق المستقبل.

كما يتبين لنا من الجدول السابق رقم (15) أن استجابات العينة على مقياس قلق المستقبل بلغ 3.11، وعليه فإن الوزن النسبي يساوي 62.20%، وهي نسبة منخفضة، بمعنى أن العينة لديها قلق مستقبل ضعيف نسبياً، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة يعتبرون اليوم أفضل من البارحة وعليه فإن غداً قد يكون أفضل من اليوم، كما أن لديهم آمال حول رجعتهم إلى أهلهم وذويهم إلى الضفة الغربية، مما يعطيهم أملاً في المستقبل.

لكن بشكل عام ورغم ضعف قلق المستقبل لدى فئة الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة إلا أنهم موافقون على محتوى المحور، وأن استجاباتهم لم تصل لدرجة الحياد، والجدير بالذكر رغم كل ما يدور حول الفرد فإنه يبقى قلقاً نوعاً ما من حدوث كوارث في المستقبل، ولعل هذا قطاع غزة له خصوصية في ذلك لاسيما وأنه يتعرض للعديد من العوارض والكوارث، فيبقى توقع حدوث كوارث في المستقبل موجود في ذهن معظم المواطنين القاطنين في قطاع غزة، والأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، يشاركون أهل القطاع في هذا الخوف والهاجس من المستقبل.

وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة (السبعاوي، 2009) والتي أكدت الباحثة من خلالها أن درجة قلق المستقبل لدى العينة بلغت نحو 71.261%، بينما الدراسة الحالية كانت درجة قلق المستقبل نحو 62%، وقد يكون الاختلاف مرده أن عينة السبعاوي كانت عبارة عن طلبة الجامعة، وطبيعي أن يكون لديهم مستوى أعلى من قلق المستقبل، حيث أن المستقبل أمامهم أوسع بكثير من مستقبل الأسرى، لاسيما وأن الأسرى يتمتعون بحياة الاقتصادية وصحية واجتماعية جيدة، إضافة إلى

خبرة الإفراج ولحظتها التي أعطتهم توجهاً ايجابياً نحو الحياة والمستقبل، أما الطالب فيبقى قلقاص من المستقبل حيث العمل وتكوين الأسرة والحياة الاجتماعية التي سيحظى بها.

ولنفس الأسباب السابقة فقد اختلفت النتائج مع نتائج دراسة (المشيخي، 2009)، والتي أكد فيها على أن درجة قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الطائف 76%.

وكذلك الأمر بالنسبة لدراسة (القرشي، 2012) فقد أكد أن قلق المستقبل لدى طلبة جامعة أم القرى بلغ ما يقارب من 85%.

الإجابة على التساؤل الفرعي الثالث: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير (العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية)"؟.

وللإجابة على هذا التساؤل تم صياغة الفرضيات التالية:

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير العمر.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير العمر:

جدول رقم (15)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب متغير العمر

<table dir="rtl">
<tr><th>المحور</th><th>مصدر التباين</th><th>مجموع المتوسطات</th><th>درجات الحرية</th><th>متوسط المربعات</th><th>قيمة (F)</th><th>قيمة (Sig.)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">مقياس الرضا عن الحياة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.605</td><td>2</td><td>0.302</td><td rowspan="3">1.810</td><td rowspan="3">0.169</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>18.204</td><td>109</td><td>0.167</td></tr>
<tr><td>الإجمالي</td><td>18.808</td><td>111</td><td></td></tr>
</table>

F table at (df= 3, 108, $\alpha \leq 0.05$) = 2.70

من خلال الجدول السابق رقم (15) يتبين لنا أن قيمة (F) المحسوبة بلغت نحو 1.810، وهي أقل من قيمة (F) الجدولية، كما يتبين لنا أن قيمة (.Sig) الاحتمالية بلغت نحو 0.169، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا فروق في متوسطات تقديرات الأسرى المحررين على مقياس الرضا عن الحياة حسب متغير العمر.

وهنا نشير بأنه لا فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة باختلاف متغير العمر، وأن الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة غم اختلاف أعمارهم إلا أنهم بنفس المستوى من الرضا عن الحياة.

وتفسر الباحثة أسباب عدم وجود فروق على أن فئة الأسر المحررين يتمتعون بنفس المزايا ولديهم نفس الصفات فهم أبناء صفقة واحدة وأن متغير العمر لم يؤثر في مستوى الرضا عن الحياة، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (عبد الحميد، 2013)، ونتائج دراسة (المالكي، 2011)، ودراسة (Sonja, 2010).

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير عدد مرات الاعتقال.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير عدد مرات الاعتقال:

جدول رقم (16)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب متغير عدد مرات الاعتقال

المحور	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
مقياس الرضا عن الحياة	بين المجموعات	0.757	3	0.252	1.510	0.216
	داخل المجموعات	18.051	108	0.167		
	الإجمالي	18.808	111			

F table at (df= 3, 108, $\alpha \leq 0.05$) = 2.70

من خلال الجدول رقم (16) والذي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب متغير عدد مرات الاعتقال، يتبين لنا أن قيمة (F) المحسوبة كانت أقل من قيمة (F) الجدولية، كذلك كانت قيمة (Sig.) الاحتمالية 0.216 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا فروقاً جوهرية في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، حيث أن جميع الأسرى يتمتعون بنفس مستوى الرضا عن الحياة رغم اختلافهم في عدد مرات الاعتقال.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة كون الفئة متشابهة إلى حد كبير حيث أنهم من الأسرى المحررين، المبعدين إلى قطاع غزة، في نفس الصفقة "صفقة وفاء الأحرار"، كما أنهم يتمتعون بنفس المستوى المعيشي في قطاع غزة، ويعيشون في إطاراً اجتماعياً واقتصادياً وصحياً متقارب جداً، لذا كان من الطبيعي أن لا تظهر فروقاً جوهرية في مستوى رضاهم عن الحياة.

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير سنوات الاعتقال.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير سنوات الاعتقال:

جدول رقم (17)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب متغير عدد سنوات الاعتقال

المحور	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
مقياس الرضا عن الحياة	بين المجموعات	0.798	3	0.266	1.572	0.200
	داخل المجموعات	18.273	108	0.169		
	الإجمالي	19.071	111			

F table at (df= 3, 108, $\alpha \leq 0.05$) = 2.70

من خلال الجدول رقم (17) يظهر لنا أن قيمة (F) المحسوبة كانت 1.572 وهي أقل من قيمة (F) الجدولية والتي تبلغ 2.7، كما نلاحظ بأن قيمة (.Sig) الاحتمالية 0.20، وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة 0.05، وهذا دليل على تقارب العينة في مستوى الرضا عن الحياة، حيث لم تظهر فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير سنوات الاعتقال، وأن العينة رغم اختلاف سنوات اعتقالهم إلا أنهم أظهروا مستويات متقاربة من الرضا عن الحياة وأبعادها المختلفة: (السعادة، الطمأنينة، التقدير الاجتماعية، العلاقات الاجتماعية، الرضا عن الأحوال الاقتصادية، الرضا عن الأحوال الصحية، الرضا عن الأمور الدينية)، وتعتبر الباحثة أن هذه النتيجة منطقية لاسيما وأن فئة الأسرى المحررين وإن اختلفوا في سنوات اعتقالهم إلا أنهم الآن يتمتعون بنفس المزايا حتى أنهم يزالون نفس الأعمال والأفعال، ويشاركون في المناسبات الاجتماعية والوطنية مجتمعين كما أنهم يتلقون الدعم والمساندة والتقدير الاجتماعي بنفس الكيفية كما أن فئة الأسرى والمحررين متقاربين من النواحي الاقتصادية والصحية والدينية.

وترى الباحثة أيضاً أن فئة الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة صحيح أنهم اختلافوا في سنوات الاعتقال، إلا أنهم تشابهوا في طريقة التحرر، وتوقيتها، وظروفها، مما أثر على مستوى رضاهم عن الحياة، فكانوا متقاربين في مستوى الرضا عن الحياة، كما أنه بالرجوع إلى الجدول رقم (11)، يتبين لنا أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين 77.40%، وهو معدل متوسط.

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير الحالة الاجتماعية:

جدول رقم (18)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب متغير الحالة الاجتماعية

المحور	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
مقياس الرضا عن الحياة	بين المجموعات	0.034	2	0.017	0.099	0.906
	داخل المجموعات	19.036	109	0.175		
	الإجمالي	19.071	111			

F table at (df= 2, 109, $\alpha \leq 0.05$) = 3.09

من خلال الجدول رقم (18) يتبين لنا أن قيمة (F) المحسوبة كانت 0.099، وهي أقل من قيمة (F) الجدولية البالغة نحو 3.09، كما كانت قيمة (Sig.) الاحتمالية 0.906، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لم تظهر فروقاً جوهرية في مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة رغم اختلافهم في الحالة الاجتماعية، وأن الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، سواء أكان متزوجاً قبل التحرر، أو بعد التحرر، أو حتى لم يتزوج بعد فهم بنفس المستوى من الرضا عن الحياة وأبعادها المختلفة: (السعادة، الطمأنينة، التقدير الاجتماعية، العلاقات الاجتماعية، الرضا عن الأحوال الاقتصادية، الرضا عن الأحوال الصحية، الرضا عن الأمور الدينية).

وترى الباحثة أن النتائج جاءت بدون فروق بين أفراد العينة رغم اختلافهم في الحالة الاجتماعية يرجع إلى أن الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، ولازالوا غير متزوجين هم ثلاثة فقط، أما باقي العينة هم متزوجين إما قبل التحرر، أو بعد التحرر.

الإجابة على التساؤل الفرعي الرابع: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير (العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية)؟".

وللإجابة على هذا التساؤل تم صياغة الفرضيات التالية واختبارها:

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير العمر.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير العمر:

جدول رقم (19)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب متغير العمر

المحور	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
مقياس قلق المستقبل	بين المجموعات	0.242	2	0.121	0.441	0.644
	داخل المجموعات	29.922	109	0.275		
	الإجمالي	30.164	111			

F table at (df= 3, 108, $\alpha \leq 0.05$) = 2.70

من خلال الجدول رقم (19) يتبين لنا أن قيمة (F) المحسوبة كانت 0.441، وهي أقل من قيمة (F) الجدولية عند درجات حرية (2، 109)، ومستوى دلالة 0.05، والبالغة نحو 2.70، وكانت قيمة (Sig.) الاحتمالية 0.644، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا يوجد فروق في تقديرات العينة على فقرات مقياس قلق المستقبل، والدرجة الكلية للمقياس، وهذا دليل واضح على أنه لا فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تبعاً لمتغير العمر. والجدير بالذكر أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة كان 62.20%، ومن خلال الجدول السابق يتبين لنا أن مستوى قلق المستقبل لدى العينة متقارب رغم اختلافهم في العمر، وتعتقد الباحثة أن أسباب عدم وجود فروقاً جوهرية بين أفراد العينة يرجع إلى أن العينة تخضع لنفس الظروف الاجتماعية والنفسية، كما أنهم من أبناء صفقة واحدة، وخروجهم من السجون الاسرائيلية كان متزامناً، وحضروا الحرب الأخيرة على قطاع غزة 2012، كما أن لديهم نفس الخبرات السابقة تقريباً، حيث أنهم تعرضوا للاعتقال لمرة واحدة على الأقل ويعيشون في نسق اجتماعي متقارب في قطاع غزة.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير عدد مرات الاعتقال.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير العمر:

جدول رقم (20)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب عدد مرات الاعتقال

المحور	مصدر التباين	مجموعة المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
مقياس قلق المستقبل	بين المجموعات	0.537	3	0.179	0.653	0.583
	داخل المجموعات	29.627	108	0.274		
	الإجمالي	30.164	111			

F table at (df= 3, 108, $\alpha \leq 0.05$) = 2.70

من خلال الجدول رقم (20) يتبين لنا أن قيمة (F) المحسوبة كانت 0.653، وأن قيمة (F) الجدولية 2.7، بمعنى أن قيمة (F) المحسوبة أقل من (F) الجدولية، كذلك تظهر لنا النتائج في الجدول أعلاه أن قيمة (Sig.) الاحتمالية 0.583 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل لدى عينة الدراسة من أفراد صفقة وفاء الأحرار المبعدين إلى قطاع غزة حسب متغير عدد مرات الاعتقال.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن الخبرات السابقة لدى العينة وصدمة الاعتقال لم تكن ذات تأثير في مستوى قلق المستقبل حيث أن الذي تعرض للاعتقال ولو لمرة عاش مرها، وزاده ذلك إصراراً وعزيمة، كما أن مستويات القلق متقاربة نظراً لتشابه التجارب السابقة لدى أفراد العينة، وأن جميع الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة رغم اختلاف عدد مرات الاعتقال حالياً يخضعون لنفس الظروف السياسية والاقتصادية والاجتماعية، وأن الدراسة تم تطبيقها بعد أكثر من سنتان من تاريخ التحرر.

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير سنوات الاعتقال.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير سنوات الاعتقال:

جدول رقم (21)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب عدد سنوات الاعتقال

المحور	مصدر التباين	مجموعة المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
مقياس قلق المستقبل	بين المجموعات	1.139	3	0.380	1.14	0.064
	داخل المجموعات	29.025	108	0.269		
	الإجمالي	30.164	111			

F table at (df= 3, 108, $\alpha \leq 0.05$) = 2.70

الجدول رقم (21) يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق الجوهرية في تقديرات العينة على فقرات مقياس قلق المستقبل، والواضح بأن قيمة (F) المحسوبة كانت 1.14، وهي أقل من قيمة (F) الجدولية، كما بلغت قيمة (Sig.) الاحتمالية 0.064، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لم يتبين فروق في متوسطات تقديرات العينة على فقرات ومقياس قلق المستقبل، وهنا يمكن القول أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير سنوات الاعتقال في سجون الاحتلال.

وهنا تعتقد الباحثة أن رغم اختلاف عدد سنوات الاعتقال، إلا أن الإفراج جاء متزامناً، وعليه لم يكن فروق جوهرية في مستوى قلق المستقبل، كما أنه رغم اختلاف العينة من حيث سنوات الاعتقال، إلا أنهم الآن يتمتعون بنفس النسق الاجتماعي، والظروف الاقتصادية والصحية.

وهنا نود أن نشير بأنه رغم اختلاف سنوات الاعتقال لدى الأسرى المحررين إلى أنهم بنفس مستوى القلق من المستقبل، وأن هذا التشابه والتقارب بينهم يرجع لعدة أسباب ومنها تشابه الخبرات السابقة، وتشابه ظروف الاعتقال، وظروف التحرر، وظروف المعيشة الحالية.

4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

وللتحقق من هذه الفرضية قامت الباحثة باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للتعرف على الفروق في متوسطات تقديرات عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، والجدول التالي يبين لنا نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي حسب متغير الحالة الاجتماعية:

جدول رقم (22)

نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق في مستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة حسب الحالة الاجتماعية

المحور	مصدر التباين	مجموعة المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
مقياس قلق المستقبل	بين المجموعات	0.848	2	0.424	1.576	0.211
	داخل المجموعات	29.316	109	0.269		
	الإجمالي	30.164	111			

F table at (df= 2, 109, $\alpha \leq 0.05$) = 3.09

من خلال الجدول رقم (22) يتبين لنا أن قيمة (F) المحسوبة كانت 1.576، وهي أقل من قيمة (F) الجدولية، والتي كانت 3.09 عند درجات حرية (2، 109)، ومستوى دلالة 0.05، وكانت قيمة (Sig.) الاحتمالية 0.211، وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، بمعنى أنه لا فروق في تقديرات العينة على مقياس قلق المستقبل.

ومن هنا نؤكد على عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، وأنه رغم اختلاف العينة من حيث الحالة الاجتماعية إلا أنهم بنفس مستوى قلق المستقبل.

وترى الباحثة أن النتائج في الجدول رقم (25) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق في مستوى قلق المستبقل لدى أفراد العينة قد ترجع إلى تقارب العينة من حيث الظروف المؤثرة والمساهمة في مستوى قلق المستقبل، حيث خبرات الماضي متقاربة، والأحداث الحاضرة متشابهة لدى أفراد العينة، وأنه رغم اختلاف العينة من حيث الحالة الاجتماعية إلا أنهم متقاربين ومتشابهين في العديد من العوامل والظروف المعيشية والنفسية والاجتماعية.

تعقيب عام علي نتائج الدراسة:.

حاولت الباحثة من خلال الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة صفقة وفاء الأحرار، واستخدمت لأجل ذلك مقياس للرضا عن الحياة ينقسم إلى سبعة محاور أساسية، ومقياس قلق المستقبل من إعداد الباحثة، فتبين أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للرضا عن الحياة والدرجة الكلية لقلق المستقبل ولعل ذلك يرجع إلى أن الفئة المستهدفة مرت بتجارب وخبرات صادمة ومنها تجربة الاعتقال، فكانت لحظت الإفراج تحقق لهم رضا عن كل ما وصلوا إليه، بينما القلق لم يتأثر بالرضا عن الحياة كون القلق لديهم فطري، حيث أنه لم يتجاوز (63%)، وهذا نابع من طبيعة المجتمعات المسلمة، التي تبقى راضية عن حياتها لأنها تعلم بأنه لا يصيب الإنسان إلى ما كتبه الله.

وأظهرت النتائج أن هناك علاقة بين بعد السعادة والدرجة الكلية لقلق المستقبل في حين لم تظهر علاقة بين الأبعاد الأخرى للرضا عن الحياة وقلق المستقبل، ولعل ذلك يرجع إلى طبيعة بعد السعادة فالسعادة الحاضرة تخفض القلق من المستقبل، حيث أن خبرات الماضي ولحظت الإفراج كان لها تأثير في مستوى السعادة، ولم يعد البارحة كاليوم، ولن يكون المستقبل كالبارحة والحاضر، لذا فإن خبرة الإفراج رفعت مستوى السعادة وخفضت مستوى القلق من المستقبل لدى العينة حيث كانت العلاقة بين السعادة وقلق المستقبل علاقة سالبة متوسطة.

فيما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تعزى لمتغيرات: العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية، وفسرت الباحثة ذلك بأن الفئة متقاربة ومتشابهة بخبرات الماضي، وخبرات الحاضر، وتعيش في مستوى اقتصادي واجتماعي وقيمي متقارب جداً، فلم تظهر فروقاً جوهرية في رضاهم عن الحياة، كما أنهم عاشوا لحظات الأمل، والفرح، والأسر مجتمعين.

وعلى مستوى قلق المستقبل فلم تظهر فروقاً جوهرية ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، تعزى لمتغيرات العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية، ولعل ذلك يرجع إلى أن الفئة المستهدفة تعيش نفس الأوضاع، ومرت بتجارب متشابهة منها الأسر، الافراج، الابعاد، وهذا انعكس على مستوى قلق المستقبل لديهم.

وتأسيساً على ما سبق فإن النتائج التي حصلت عليها الباحثة غير متوقعة، حيث كانت تعتقد بأن هناك مستوى متدني من الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين، وأن لديهم قلقاً من المستقبل خاصة ذوي الاعتقال لأكثر من مرة، ولسنوات متعددة إلا أن فئة الأسرى أظهرت مستويات ونتائج غير ذلك، وتفاجئت الباحثة بحجم التحدي، والصمود في تقديرات العينة على مقياس الرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وهذا مرده إلى طبيعة المجتمع الفلسطيني بشكل عام، وطبيعة هذه الفئة التي يكن لها الجميع كل الاحترام، فهم بذلوا سنين الحياة لأجل الوطن، والقضية، فلم يعد الأسر خبرة صادمة، ولم يعد السجن مكاناً مكروهاً، طالما أنهم يدافعون عن الكرامة، والإنسانية، فأسرانا أحرار الأرض لم يعودوا قلقين من القادم كون التجربة وخبرة الأسر أعطتهم تحدياً، وإصراراً على مواصلة الحياة، مؤمنين بقدر الله وقضاءه، مقبلين على الحياة وإن كانت بعيداً عن الأهل والأحبة.

والحفاوة التي نالتها فئة الدراسة من ترحيب وتقدير لانجازاتهم جعلتهم بين أهلهم وذويهم، كما أنهم يشعرون ويعون جيداً بأنه لا فرق بين الضفة وغزة، فغزة أهل، وأحبة والضفة شطر الوطن والحنين لها لا ينقطع، ولعل ذلك يرجع إلى مستوى التقدير الاجتماعي الذي تتلقاه فئة الدراسة.

النتائج:

من خلال الدراسة النظرية والميدانية تبين لنا ما يلي:

1. أظهرت النتائج أن مستوى الرضا عن الحياة لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة تبلغ نحو 77.40%، وهو مستوى متوسط.
2. أظهرت النتائج أن مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية حظي بالمرتبة الأولى وبنسبة 84.20%، بينما جاء مجال التقدير الاجتماعي بالمرتبة الثانية وبوزن نسبي بلغ 83.80%، وكان مجال الرضا عن الامور الدينية بالمرتبة الثالثة وبوزن نسبي بلغ نحو 82.20%، بينما كان مجال السعادة ذات المرتبة الرابعة وبوزن نسبي بلغ نحو 77.80%، وكان مجال الرضا عن الحياة الاقتصادية بالمرتبة الخامسة وبوزن نسبي بلغ نحو 75.60%، وجاء بالمرتبة ما قبل الأخيرة مجال الطمأنينة وبوزن نسبي بلغ نحو 71%، أما مجال الرضا عن الحياة الصحية فكان بالمرتبة الأخيرة وبوزن نسبي بلغ نحو 67.60%.
3. أظهرت النتائج أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية للرضا عن الحياة وقلق المستقبل، وكذلك تبين أنه لا علاقة بين جميع أبعاد الرضا عن الحياة والدرجة الكلية لقلق المستقبل، بينما كانت علاقة سالبة دالة بين بعد السعادة وقلق المستقبل.
4. أظهرت النتائج أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05، في الدرجة الكلية للرضا عن الحياة تعزى لمتغيرات: العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية.
5. أظهرت النتائج أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05، في الدرجة الكلية لقلق المستقبل تعزى لمتغيرات: العمر، عدد مرات الاعتقال، سنوات الاعتقال، الحالة الاجتماعية.

التوصيات:

1. العمل الجاد على دمج الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة في نشاطات ومؤسسات المجتمع الفلسطيني لما له من آثاراً نفسية واجتماعية على شخصية الأسير.
2. القيام بعمل دورات تثقفية لاهالي الاسري لكيفية التعامل مع الاسير وخاصة بعد انتقاله من الحياة العقيمة الي الحرية المطلقة.
3. العمل الجاد على توفير حياة كريمة للأسرى المحررين بشكل عام وللمبعدين بشكل خاص تتناسب مع حجم المعاناة والتضحية التي قدموها في سبيل فلسطين.
4. ضرورة إثراء المناهج الفلسطينية بحقوق الأسرى وتضحياتهم، وجعل هذه التضحيات تاريخاً يحفظه الأطفال ويتناقلونه عبر الأجيال القادمة.
5. ضرورة مشاركة الأسرى المحررين والمبعيدن إلى قطاع غزة في ندوات وورش عمل لفضح ممارسات الاحتلال الإسرائيلي أمام العالم أجمع، لاسيما وأنهم أصحاب خبرات وصعاب وتجارب مختلفة من التعذيب والإهانة داخل سجون الاحتلال.
6. ضرورة وضع برامج نفسية واجتماعية للأسرى حديثي التحرر، ومحاولة إيجاد برامج واستراتيجيات تعزز صمود الأسرى الذين لازالوا رهن الاعتقال لدى قوات الاحتلال الإسرائيلي.
7. إطلاق الفعاليات المناهضة للسجن والسجان الإسرائيلي، كخطوة نحو تحرير باقي الأسرى الفلسطينيين.
8. توفير أخصائيين نفسيين واجتماعيين للكشف عن مشكلات الأسرى النفسية والاجتماعية وعلاجها.
9. ضرورة أهتمام الجامعات بفئة الاسري واجراء الدراسات التي تتناسب مع وضع الاسير.

المقترحات:

في ضوء الدراسة النظرية والعملية تقترح الباحثة ما يلي:

1. ضرورة إجراء دراسة مقارنة لقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة، وغير المبعدين.
2. دراسة الآثار النفسية والجسمية لتجربة الأسر وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الأسرى المحررين.
3. الضغوطات النفسية لدى ذوي الأسرى الفلسطينيين في ضوء سنوات الحكم.
4. عمل برنامج ارشاد لتخفيف بعض المشكلات الانفعالية للأسري المحررين مثل"القلق، الأكتئاب، الوحدة النفسية"
5. ضرورة الاهتمام بالاسري بمجال البحث العلمي بالدراسات التي تتعلق بالصلابة النفسية والوحدة النفسية والاكتئاب والاغتراب النفسي لدي الاسري المحررين.

المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية.

ثانياً: المراجع الأجنبية.

ثالثاً: المواقع الإلكترونية.

رابعاً: المقابلات الشخصية.

المصادر والمراجع

المصادر:

القرآن الكريم

المراجع:

أولاً: المراجع العربية.

1. ابن منظور محمد بن مكرم (1955): **لسان العرب**، دار المعارف، القاهرة.

2. أبو العلا، محمد أشرف (2007): الرضا عن الحياة وعلاقته بالأحداث الضاغطة، **المجلة العليمة لكلية الأداب**، المجلد الرابع والاربعون، جمهورية مصر العربية.

3. أبو مصطفى، نظمي (1999): دراسة مقارنة لسمات الشخصية بين أبناء البدو والحضر في البيئة الفلسطينية، **مجلة مستقبل التربية العربية**، القاهرة.

4. إسماعيل، عبد الكريم (2007): مركز الضبط والأمن النفسي وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدي الاسري الفلسطينيين المحررين في قطاع غزة، **رسالة ماجستير**، كلية التربية بجامعة الازهر ،غزة، فلسطين.

5. الأغا، إحسان والأستاذ، محمود (2003): **تصميم البحث التربوي**، فلسطين، غزة.

6. الإمامي، عباس (2009): علاقة سمة التفاؤل والتشاؤم بقلق المستقبل لشباب الجالية العربية في الدنمارك – مدينة البورك –، **رسالة ماجستير**، كلية الآداب، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.

7. بسيوني، سوزان بنت صدقة بن عبد العزيز (2011): التفاؤل والتشاؤم وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات الجامعيات بمكة المكرمة، مركز الإرشاد النفسي، **مجلة الارشاد النفسي**، العدد 28، أبريل 2011، المملكة العربية السعودية.

8. بلكيلاني، ابراهيم محمد (2008): تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدي الجالية العربية المقيمة بمدينة اوسلو في النرويج، **رسالة ماجستير**، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.

9. تفاح، جمال السيد (2009): الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين "دراسة مقارنة"، جامعة الإسكندرية، **مجلة كلية التربية**، المجلد التاسع، العدد الثالث.

10. تونسي، عديلة حسن ظاهر (2002): القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات والغير مطلقات في مدينة مكة المكرمة، **رسالة ماجستير**، جامعة العرب، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

11. تونسي، عديلة حسن ظاهر(2002): القلق والاكتئاب لدي عينة من المطلقات والغير مطلقات في مدينة مكة المكرمة، **رسالة ماجستير**، كلية التربية بجامعة العرب، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

12. الجمعية الأمريكية للطب النفسي (1994).

13. جودة، آمال (2012): **الصحة النفسية**، جامعة الأقصى.

14. الجوهري، اسماعيل حماد (1987): **الصحاح تاج اللغة وصحاح العربي**، تحقيق: أحمد عبد الغفور، دار العلم للملايين، بيروت.

15. حجازي، عائشة (2003): فروق أعراض القلق والاكتئاب والمخاوف المرضية لدى الأطفال (6 –12 سنة) والمصابين ببعض الأمراض النفسية **رسالة ماجستير**، جامعة الملك سعود.

16. حسين، محمد عبد الهادي (2007): **الذكاء العاطفي وديناميات قوة التعلم الاجتماعي**، دار الكتاب الجامعي، العين، الإمارات العربية المتحدة.

17. الحمداني، اقبال محمد رشيد صالح (2011): **الاغتراب – التمرد – قلق المستقبل**، دار الصفاء للنشر والتوزيع عمان.

18. حمزة، جمال مختار (2005): قلق المستقبل لدى أبناء العاملين بالخارج، **مجلة العلوم التربوية**، العدد الأول، القاهرة.

19. خميس، ايمان (2012): جودة الحياة وعلاقتها بكل من الرضا الوظيفي وقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال، جامعة جرش الخاصة، كلية العلوم التربوية، **المؤتمر العلمي الثالث: تربية المعلم العربي وتأهيله – رؤى معاصرة.**

20. خوج، حنان (2011): معنى الحياة وعلاقته بالرضا عنها لدى طالبات الجامعة بالمملكة العربية السعودية، **مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية**، المجلد الثالث، العدد الثالث، يونيو 2011.

21. الدسوقي، مجدي محمد (1996): مقياس الرضا عن الحياة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

22. الدسوقي، مجدي محمد (2000): دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من الراشدين كبار السن، **المجلة النفسية للدراسات النفسية**، المجلد الثامن، العدد 20.

23. دياب، أحمد عاشور محمد (2001): فاعلية الإرشاد النفسي والديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، **مجلة البحث في التربية وعلم النفس**، المجلد 15، العدد الأول جامعة المنيا.

24. الديب، علي محمد (1988): العلاقة بين التوافق والرضا عن الحياة لدى المسنين وبين استمرارهم في العمل، **مجلة علم النفس**، العدد السادس، جامعة القاهرة.

25. الديب، علي محمد (1994): **العلاقة بين التوافق والرضا عن الحياة لدى المسنين وبين استمرارهم في العمل**، الجزء الأول، الهيئة المصرية للكتاب، القاهرة.

26. رباب، عاشور محمد (2001): فاعلية الارشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدي عينة من طلاب الجامعة، **مجلة التربية وعلم النفس بجامعة المينا**، المجلد15، العدد11، جمهورية مصر العربية.

27. رضوان، سامر جميل (2002): **الصحة النفسية**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، غمان الأردن.

28. رضوان، شعبان جاد الله وهريدي، عادل محمد (2001): العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، **مجلة علم النفس**، العدد 58، السنة 15، جامعة القاهرة، القاهرة.

29. زهران، حامد عبد السلام (1978): **علم النفس الاجتماعي**، الطبعة الرابعة، عالم الكتب، القاهرة.

30. زهران، حامد عبد السلام (1997): **الصحة النفسية والعلاج النفسي**، عالم الكتب، القاهرة.

31. الزير، محمد(2001): الأثار البعيدة للتعذيب لدي المحررين الفلسطينيين وعلاقتها ببعض المتغيرات، **رسالة ماجستير**، الجامعة الاسلامية ،غزة.

32. السبعاوي، فضيله عرفات محمد (2009): قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي، **مجلة كلية التربية جامعة الموصل**.

33. سعفان، أحمد (2003): فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي والعلاج القائم على المعنى في خفض الغضب لدى عينة من طلبة الجامعة، **مجلة كلية التربية جامعة عين شمس**، العدد (22).

34. السعود، ناهد شريف (2004): قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم، **رسالة دكتوراه**، جامعة دمشق، سوريا.

35. سليمان، عادل محمود محمد (2003): الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية، **رسالة ماجستير**، جامعة النجاح الوطنية، الضفة الغربية.

36. سيجموند، فرويد (1997): **الكف والعرض والقلق**، ترجمة محمد عثمان نجاتي، دار الشروق ، القاهرة، الطبعة الرابعة.

37. السيد، محمد علي (2008): **مشكلات المراهقة**، الطبعة الثانية، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

38. شعبان، أحمد إيمان (2009): مشكلات التقاعد لدى المسنين وأثرها على الرضا عن الحياة، **مجلة بحوث التربية النوعية**، العدد 14 مايو 2009، جامعة المنصورة.

39. شقورة، يحيى (2012): المرونة الفلسطينية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدي طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، **رسالة ماجستير**، كلية التربية جامعة الازهر بغزة، فلسطين.

40. الشقير، زينب (2005): **مقياس قلق المستقبل**، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

41. شند، سميرة محمد والأنور، محمد إبراهيم (2006): قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة، جامعة طنطا، **مجلة كلية التربية**، المجلد الثاني، الجزء الثاني، العدد الخامس والثلاثون.

42. صبري، إيمان محمد (2003): بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، المجلد الثالث عشر، العدد 38.

43. الطلاع، عبد الروؤف (2000): الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض السيكوماتية لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين من السجون الإسرائيلية، **رسالة ماجستير**، كلية التربية جامعة الأقصى،غزة، فلسطين.

44. الطلاع، عبد الروؤف (2004): التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالانتماء لدي الأسري الفلسطينيين المحررين من السجون الإسرائيلية، **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة الاقصي، غزة، فلسطين.

45. طه، سلوى محمد زغلول ولطفي، فاتن مصطفى كمال (2009): اتجاهات وممارسات طلاب الجامعة نحو وقت الفراغ وعلاقته بالرضا عن الحياة، كلية التربية النوعية بالمنصورة، **المؤتمر السنوي الدولي الأول/ العربي الرابع**، الاعتماد الأكاديمي المؤسسات وبرامج التعليم العالي النوعي في مصر والعالم العربي الواقع والمأمول في الفترة الممتدة ما بين 8 –9 أبريل 2009.

46. عبد الباقي، سلوى (1993): مسببات القلق خبرات الماضي والحاضر ومخاوف المستقبل، **مجلة دراسات نفسية تربوية**، المجلد الثامن، الجزء الثامن والخمسون، عالم الكتب، القاهرة.

47. عبد الحليم، أشرف محمد (2010): قلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة والضغوط النفسية لدى عينة من الشباب، جامعة عين شمس، **مركز الإرشاد النفسي، المؤتمر السنوي الخامس عشر**.

48. عبد الحميد، خالد دياب (2013): الوحدة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى الأسرى المحررين – صفقة وفاء الأحرار، **رسالة ماجستير**، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

49. عبد الخالق، أحمد محمد (2003): معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي، **مجلة دراسات نفسية**، المجلد 13، العدد الرابع.

50. عبد المنعم، نجوى (2010): الرضا عن الحياة، جامعة عين شمس، **مركز الإرشاد النفسي، المؤتمر السنوي الخامس عشر**.

51. عبيدات، ذوقان وعدس، عبد الرحمن وآخرون (2001): **البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه**، دار الفكر للنشر والطباعة والتوزيع، عمان، الأردن.

52. عثمان، فاروق السيد (2001): **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.

53. عثمان، محفوظ (2000): الصدمة النفسية وآثارها، يوم دراسي بعنوان الصدمة النفسية وآثارها، **كلية التربية بجامعة الأقصى**، قطاع غزة، فلسطين.

54. عزت، دري حسين (1982): **الطب النفسي**، دار القلم، الكويت.

55. العساف، صالح (1995): **المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية**، مكتبة العبيكان للنشر والتوزيع، الرياض، السعودية.

56. العش، أكرام عبد القادر درويش (2002): الرضا عن الحياة وعلاقته بأنماط التعلق في المرحلة الوسطي من الرشد، **رسالة ماجستير**، الجامعة الاردنية، عمان، الأردن.

57. العشري، محمود محي الدين (2004): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية "دراسة عبر حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان، **المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس**، المجلد الأول.

58. عكاشة، أحمد (1998): **الطب النفسي المعاصر**، مكتبة الأنجلو المصرية.

59. العكايشي، بشرى أحمد جاسم (2000): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، **رسالة ماجستير**، جامعة المستنصرية.

60. علام، سحر (2008): معدلات السعادة الحقيقية لدى عينة من طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية، **مجلة دراسات نفسية**، المجلد (18)، العدد (3).

61. علوان، نعمات (2007): الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية –دراسة ميدانية علي عينة من زوجات الشهداء الفلسطينيين، **مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الانسانية**، مج16، العدد2.

62. العناني، حنان عبد الحميد (1995): **الصحة النفسية للطفل**، الطبعة الثانية، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الأردن.

63. العناني، حنان عبد الحميد (2000): **الصحة النفسية**، دار الفكر للطباعة والنشر، الأردن.

64. العنزي، خالد بن الحميدي هدمول (2010): إدراك القبول – الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة الحدود الشمالية، **رسالة ماجستير**، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

65. العيسى، جابر محمد عبد الله ورشوان، ربيع عبده أحمد (2006): الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال، م**جلة دراسات تربوية واجتماعية**، المجلد 12، العدد الرابع، كلية التربية بجامعة حلوان.

66. فايد، حسين (2001): **الاضطرابات السلوكية –تشخيصها – أسبابها – علاجها**، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

67. فراج، محمد أنور ابراهيم (2006): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية، **رسالة ماجستير**، جامعة الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.

68. فروانة، عبد الناصر (2009): الأسيرات المحررات بحاجة ملحة إلى حاضنة وطنية وسياسية واجتماعية، **شبكة فلسطين المستقبل الاعلامية.**

69. فهمي، مصطفى (1998): **الصحة النفسية**، الطبعة الخامسة، مكتبة الخانجي، القاهرة.

70. القاسم، جمال مثقال وآخرون (2000): **الاضطرابات السلوكية**، الطبعة الأولى، الأردن.

71. القاضي، وفاء محمد احميدان (2009): قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة، **رسالة ماجستير**، الجامعة الإسلامية، فلسطين.

72. قاعود، عبد الناصر (2008): تجربة التعذيب لدي الأسري الفلسطينيين وعلاقتها بالتفكير الأخلاقي، **رسالة ماجستير**، كلية التربية بالجامعة الاسلامية،غزة، فلسطين.

73. القرشي، محمد بن عابد بن خبتي (2012): الدافع للإنجاز وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، **رسالة ماجستير**، جامعة أم القرى.

74. الكفافي، علاء الدين (1990): **التنشئة الوالدية والأمراض النفسية**، دار هجر للنشر، القاهرة.

75. الكندري، هيفاء (2009): الرضا عن الحياة لدى المعوقين إعاقة عقلية نمائية بسيطة وغير المعوقين عقلياً، **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد 37، العدد الثاني، جامعة الكويت.

76. لافي، باسم عطية (2005): الضغوطات النفسية لدى زوجات الأسرى الفلسطينيين وعلاقتها ببعض المتغيرات، **رسالة ماجستير**، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين..

77. ليندا، دافيدوف (2000): **الشخصية، الدافعية، والانفعالات**، ترجمة: سيد الطواب ومحمود عمر، دار الدولية للاستثمارات الثقافية، جمهورية مصر العربية.

78. المالكي، رانيا معتوق محمد (2011): فعالية الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية، **رسالة ماجستير**، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

79. مبروك، عزة عبد الكريم(2007): أبعاد الرضا العام عن الحياة ومحدداته لدي عينة من المسنين المصريين، **مجلة الدراسات النفسية**، المجلد17، العدد2.

80. المدهون،عبد الكريم (2009): فاعلية برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسية وتحسين مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة فلسطين بغزة، **جامعة فلسطين**، غزة، فلسطين.

81. مرسي، كمال (1987): القلق وعلاقته بالشخصية في مرحلة المراهقة، **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة الرياض، المملكة العربية السعودية.

82. المسعود، سناء منير (2006): بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين، **رسالة دكتوراه**، جامعة طنطا.

83. المشيخي، غالب بن محمد علي (2009): قلق المستقبل وعلاقته بكل من فعالية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، **رسالة ماجستير**، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

84. معوض، محمد عبد التواب (1996): أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، **رسالة ماجستير**، جامعة طنطا، جمهورية مصر العربية.

85. المغرواي، زهرة (2010): التفاؤل وعلاقته بالرضا عن الحياة لدي طلبة مراكز تحفيظ القرآن الكريم، **أكاديمية الدراسات العليا**، ليبيا.

86. ملحم، سامي (2000): **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.

87. المهدي، أسماء عبد المحسن (2001): أثر برنامج إرشادي في خفض قلق المستقبل لدى طالبات السادس الإعدادي، **رسالة ماجستير**، الجامعة المستنصرية.

88. نجم، أمل عدنان محمد (2010): السمات المميزة لشخصية زوجات الأسرى وغير الأسرى الفلسطينيين في ضوء بعض المتغيرات، **رسالة ماجستير**، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

89. نجم، منال (2011): الواقع الاجتماعي للأسيرات المحررات، ورشة عمل، **جمعية الدراسات النسوية الفلسطينية التنموية**، غزة، فلسطين.

90. هاروليندفنك، دافيد (1997): **الاسترخاء النفسي والعصبي**، ترجمة ميخائيل أسعد، دار النهضة للطباعة والنشر، جمهورية مصر العربية.

91. الهواري، ماهر والشناوي، محمد (1987): مقياس الاتجاه والاختبارات، **مجلة رسالة الخليج العربي**، العدد 22.

ثانياً: المراجع الأجنبية.

1. Allessander, Lemma (1996): **Introduction to Psychopathology**, London. 2Sage publications.
2. Bariow.D.h2.(2008): Unraveling the my steries of anxiety and its disorders from the perspective of emation.
3. Bernstein et all, (1998): Conflict in adjustment : world war II prisoners of war and their families, International hand book of multigenerational legacies of trauma, **The plenum series on stress and coping**, Item number: 1996 – 07925 – 006. US.
4. Diener, E.D (2000): Subjective Well- Being: the science of happiness and a proposal for national index, American Psychology.
5. Eysenck M .Snsamha p &Santos R (2006): A nxetyand depression past, **present, and future events cognitions and emotion**.vol.20, No 20.
6. Foss, Michael (2007): Deep Footings-Wide Support: (http://www.day1.net/?view=transcripts&tid=652)
7. Kronemann, Michael (2002). Casual employment, not casual teaching. paper presented at AVETRA Conference. **Melbourne**. From: http://www.aeufederal.org.au/Tafe/AVETRA.
8. Kryger, Tony (2004): Casual employment: trends and characteristics**, Research Note**, No 53: (http://www.aph.gov.au/library/pubs/rn/2003-04/04RN53.htm)
9. Minnesota Multiphasic Personality Inventory. Hathaway, Starke R., and McKinley, J. C: (http://en.wikipedia.org/wiki/Minnesota_Multiphasic_Personality_Inventory)
10. Murrell, Stanley A and Meeks, Suzanne (2001): Contribution of education to health and life satisfaction, **Older Adults Health**, Vol 13,
11. Nagashima, Naoki, 2003. Future Anxiety and Consumer Behavior. FRI Research Report, No (176), Fujitsu research institute. Tokyo: (http://jp.fujitsu.com/group/fri/en/economic/publications/report/2003/report-176.html).

12. Naria et all (2002) : coing with tangible and tangible traumatic Losses in prisoner war Israel, **Journal of psychiatry and related sciences**, Vol, 38 (3-4), Israel.

13. Polit (2007): Sense of coherence and life satisfaction in people suffering from mental health problems, The University of Bergen, Norway, Allkopi.

14. Ramsay, R., Grost – Unsworth, C,. and Turner,S.W.(1993). Psychiatric Morbidity In Survivors Of Organized State Violence Including Torture: A retrospective Series, **British Journal of Psychiatry**, No 162.

15. Salokangas RKR, Heinimaa M, Svirskis T, Laine T, et al. (2009): Perceived negative attitude of others as an early sign of psychosis, **European Psychiatry**, Vol 24, No 4.

16. Sanchez, Anguiano et al (2000): Psychological effects of captivity amony USA navy aviatours. Vietnam: **a Longitudinal study** (1972-1997).

17. Seik, Tuan (2000): Subjective assessment of urban quality of life in singapora, **Habitat International**.

18. Slater, Gary (2003). Temporary Work in the UK: Evolution and Regulation, **The Nottinghamshire Research Observatory Occasional Paper Series**, Number 7, The Nottingham Trent University. UK, (http://www.theobservatory.org.uk/publications/Occasional%20Paper%207%20-%20Temporary%20work%20in%20the%20UK.pdf).

19. World Health Organization (2000).

20. Zaleski, Zbigniew (1996): Future anxiety: concept, measurement, and preliminary research. Personal Individual Difference. Elsevier Science, **Electronic Journals**, Vol 21, No 2.

21. Zaleski, Z (1996): Future Anxiety, concept measurement and preliminary research, **Person Individual Differences**, Vol 21, No 2.

22. Zaleski, Zbigniew, Janson, Michal, (2000): Effect of future anxiety and locus of control on power strategies used by military and civilian supervisors, From: http://www.psychologia.sav.sk/sp/2000/sp1-2-00.htm#10).

ثالثاً: المواقع الإلكترونية.

الموقع الإلكتروني لوزارة الأسرى والمحررين، (http://www.freedom.ps/).

الموقع الإلكتروني لمؤسسة الضمير لحقوق الإنسان، (http://www.aldameer.org/).

رابعاً: المقابلات الشخصية.

مقابلة مع الأستاذ الأسير المحرر: أشرف حسين (2013).

مقابلة مع الأستاذ الأسير المحرر المبعد إلى قطاع غزة محمود مرداوي (2013).

قائمة الملاحق

ملحق رقم (1) الاستبيان في صورته النهائية

الجامعة الإسلامية – غزة

كلية الدراسات العليا

قسم علم النفس/ إرشاد نفسي



استبيان موجه للأسرى المحررين المبعدين إلى قطاع غزة

أخي المحرر/ أختي المحررة......

تحية طيبة وبعد ،،،،،،،،

تقوم الباحثة بإعداد دراسة للتعرف على مستوى الرضا عن الحياة ومستوى قلق المستقبل لدى الأسرى المحررين المبعدين إلى غزة، بهدف الربط بينهما للتعرف على العلاقة التي تربط مستوى الرضا عن الحياة بقلق المستقبل.

ويأتي هذا الاستبيان كأحد أدوات جمع بيانات الدراسة، للوصول إلى نتائجها، فالاستبيان هو فقط لأغراض البحث العلمي، لذا أرجو من سيادتكم التكرم بمنحي إجاباتكم على فقراته وذلك بعد قراءتها بتمعن ووضع علامة (X) أمام الاستجابة التي تتفق مع الواقع.

ويتكون هذا الاستبيان من ثلاثة محاور أساسية وهي:

- البيانات الشخصية.
- مقياس الرضا عن الحياة.
- مقياس قلق المستقبل.

أولاً: البيانات الشخصية.

العمر:		أقل من 30 عام		31 – 40 عام
		41 – 50 عام		أكثر من 50 عام
عدد مرات الاعتقال:	....			
سنوات الاعتقال:		أقل من 5 سنوات		6 – 10 سنوات
		10 – 15 سنة		أكثر من 15 سنة
الحالة الاجتماعية		متزوج		أعزب
إذا كنت متزوج، هل أنت متزوج:				
		قبل التحرر		بعد التحرر

ثانياً: مقياس الرضا عن الحياة.

م.	فقرات مقياس الرضا عن الحياة	موافق بشدة	موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق	غير موافق بشدة
مجال السعادة:						
1.	أشعر أني موفق في حياتي بشكل عام.					
2.	أشعر بالاستقرار والأمان في حياتي.					
3.	أنا راضي عن طبيعة حياتي.					
4.	أشعر أن ظروفي حياتي الحالية أفضل من ذي قبل.					
5.	أشهر بالبهجة والسرور.					
6.	دائماً ما أكون مبتسماً.					
7.	أشعر بالتفاؤل دائماً.					
8.	أتوقع حياة مستقبلية سعيدة.					
9.	أنظر إلى الجوانب الايجابية من الحياة والظروف اليومية.					
10.	أؤمن بفكرة أن بعد العسر يسراً.					
11.	أشعر بأن حياتي مشرقة ومليئة بالأمل.					
12.	أعيش حالياً حياة أفضل مما كنت أتمنى.					
13.	حققت الكثير من طموحاتي.					
مجال الرضا عن العلاقات الاجتماعية:						
1.	أشارك الجميع من حولي في المناسبات السعيدة وغير سعيدة.					
2.	أتمتع بعلاقات اجتماعية واسعة.					
3.	لدي علاقات طيبة مع الجيران.					
4.	أحاول إضفاء المرح والسعادة في نفوس من حولي.					

5.	أتمتع بعلاقات أسرية مستقرة وسعيدة.					
6.	أشارك في الأنشطة الاجتماعية التي تقوم بها المؤسسات المختلفة والمعنية.					
7.	أحزن لحزن الآخرين وأفرح لفرحهم.					
8.	أتذكر أصدقائي في الأسر.					
9.	أتمنى السعادة لمن حولي.					
10.	أدعو بأن يعم الخير على فلسطين وأهلها.					
11.	أتمنى حياة طيبة لأصدقائي الأسرى في سجون الاحتلال.					
12.	أتواصل من أصدقائي داخل السجون الإسرائيلية.					
13.	سلوكي مع الآخرين يتسم بالسرور.					
14.	سلوكي مع الآخرين يتسم بالتسامح.					
مجال التقدير الاجتماعي:						
1.	أشعر باحترام الآخرين.					
2.	أجد تقديراً لمجرد أنني أسير محرر.					
3.	الجميع يعاملني معاملة خاصة.					
4.	أستطيع اتخاذ القرارات.					
5.	أتحمل نتائج القرارات التي اقدمها.					
6.	أفكاري تنال التقدير من الجميع.					
7.	أعدل من أفكاري ومقترحاتي حال توصلت لأفضل منها.					
8.	أشعر بالثقة في سلوكي الاجتماعي.					
مجال الطمأنينة:						
1.	أتقبل انتقادات الآخرين.					
2.	أناقش الآخرين بكل احترام وتقدير.					
3.	أشعر دائماً بثقة عالية.					
4.	أؤمن بأفكاري وأحاول الدفاع عنها.					
5.	أنام نوماً هادئاً.					
6.	أفكر طويلاً قبل النوم.					
7.	أنا راضي عن انجازاتي في الحياة اليومية.					
8.	أفكر بالعودة إلى الضفة الغربية المحتلة.					
9.	أفكر دائماً باليوم الذي أترك قطاع غزة فيه.					
10.	أشعر أنني في بلد غير بلدي.					
11.	أشعر بثقة مفرطة تجعلني أنتقد الآخرين.					
12.	لو قدر لي أن أعيش حياتي ثانية لن أغير شيئاً من نمط حياتي.					

.13	لدي روح معنوية عالية.					
.14	لا أعاني من مشاعر خيبة الأمل.					
الرضا عن الحياة الاقتصادية:						
.1	أتوقع الأفضل في المستقبل حتى في الشؤون الاقتصادية.					
.2	أتمنى أن تكون أموري المالية مستقرة.					
.3	أنا راضي عن الدخل الذي أتلقاه.					
.4	أتمنى زيادة في راتبي.					
.5	أتمنى امتلاك أراضي وسيارات.					
.6	دخلي ملائم لطبيعة مصاريف عائلتي.					
.7	دخلي يتناسب مع معدل الأسعار في قطاع غزة.					
.8	دائماً ما أشكر الله على نعمه.					
.9	أسكن في بيت مناسب ويلائمني.					
.10	أنظمة العلاوات والتأمين مناسبة وتتفق مع الواقع الذي نعيشه في قطاع غزة.					
مجال الرضا عن الحياة الصحية:						
.1	أتمتع بصحة جيدة.					
.2	أخاف من الأمراض.					
.3	أعرض نفسي على الدكتور بمجرد الشعور بوعكة صحية خفيفة.					
.4	المرافق الصحية الموجودة في قطاع غزة تؤدي دورها بشكل سليم.					
.5	أشعر بأن البيئة ملوثة وتعرضني للخطر الصحي.					
.6	أحاول تناول غذاء صحي.					
.7	أحب متابعة البرامج الصحية عبر وسائل الإعلام.					
.8	أقدر جيداً النصائح الصحية التي أتلقاها من ذوي الاختصاص.					
.9	أهتم بالجانب الصحي.					
.10	أتساءل كثيراً عن بعض الأمراض التي أخشى أن تصيبيني.					
مجال الرضا عن الأمور الدينية:						
.1	أستمع كثيراً للدروس الدينية.					
.2	أفكر باستمرار بيوم القيامة.					
.3	أتمنى أن أتفقه مزيداً في الأمور الدينية.					
.4	أحاول عدم اقتراف الذنوب.					
.5	أسرع بمساءلة نفسي عند اقتراف الذنوب.					
.6	أحاول الخشوع أثناء تأدية العبادات.					
.7	أفكر بالجنة وما فيها والنار وما فيها.					

.8	أشعر بالخشوع عند قراءة القرآن الكريم.					
.9	أشعر بالمودة والمحبة عند ذكر اسم رسول الله صلى الله عليه وسلم.					
.10	أنا راضي عن مستوى التزامي الديني.					

ثالثاً: قلق المستقبل.

م.	فقرات مقياس قلق المستقبل	دائماً	غالباً	نادراً	أحياناً	أبداً
1.	أخشى من المستقبل وأفكر في تطوراته.					
2.	أشعر بأني سأواجه مشاكل في المستقبل.					
3.	أحاول دائماً التأقلم مع تطورات الوضع والتغيرات التي تطرأ في حياتي.					
4.	التفكير في المستقبل يجعلني متشاءم.					
5.	تراودني فكرة أنني سأتعرض للاعتقال مرة أخرى.					
6.	تراودني فكرة أني سأفتقد شخصاً عزيزاً					
7.	أعتقد أن التفكير في المستقبل هو مصدر قلقي.					
8.	أتوقع حدوث كوارث وحروب في المستقبل.					
9.	أشعر بأن المستقبل سيكون أكثر استقراراً.					
10.	أشعر بطمأنينة بالنسبة للحياة المستقبلية.					
11.	أشعر بأني لن أستطيع تحقيق طموحي في المستقبل.					
12.	أتجنب الحديث عن المستقبل أمام الآخرين.					
13.	تراودني آمال بتحقيق أهدافي المستقبلية.					
14.	أشعر أن الحياة مقبلة على كوارث جسيمة.					
15.	أشعر بأني سيء الحظ.					
16.	ينتابني الأرق ليلاً كلما تأملت المستقبل وما سيأتي به.					
17.	يتملكني شعور بالإحباط إذ أن المستقبل غير واضح.					
18.	أتوقع أن أسعار المنتجات والخدمات ستزداد في الأيام المقبلة.					
19.	تراودني أفكار أني سأصاب بأمراض مزمنة في المستقبل.					
20.	أرى أن القيم الاجتماعية ترتقي يوماً بعد يوماً في قطاع غزة.					
21.	أفكر باليوم الذي سأترك غزة وأعود لأهلي.					
22.	أثق بقدراتي على تحمل الصعاب المستقبلية.					
23.	أخشى أن تكون علاقات الآخرين معي لمجرد منفعة.					
24.	أخشى أن تجبرني ظروفي على التعامل مع أفراد لا أتفق معهم.					
25.	كلما تقدم بي العمر لا أثق بالعلاقات الاجتماعية وأشعر أنها أقل صدقاً من ذي قبل.					
26.	أشعر بضيق نفس أحياناً وصدر ضيق كلما تأملت المستقبل.					
27.	يقلقني تدخل الآخرين في حياتي ومصيري.					
28.	أخشى أن أفقد أحد أقاربي.					
29.	أتوقع حصول خلافات أسرية مستقبلاً.					

30.	من السهل أن استرخي.					
31.	أؤمن بأنه لن يصيبني إلا ما كتب الله لي.					
32.	أؤمن بالقضاء والقدر خيره وشره.					
33.	تراودني أفكاراً بأني سأصبح شخصاً عظيماً في المستقبل.					
34.	أرى أن الالتزام الديني والتمسك بالعادات والقيم والتقاليد يضمن مستقبل آمن للجميع.					
35.	لدي طموحات وأهداف واضحة أتمنى تحقيقها في المستقبل.					
36.	أؤمن بالمقولة: اعمل لدنياك كأنك تعيش أبداً، واعمل لآخرتك كأنك ميت غداً.					
37.	أرى أنه لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.					
38.	أشعر دائماً بأنه لا حول لي ولا قوة.					
39.	يدفعني الفشل إلى القلق والحيرة.					
40.	أواجه الفشل وأحاول تصحيح الأخطاء وعلاج جوانب القصور بهدف تحقيق أهدافي.					
41.	أشعر بزيف الحياة وهذا ما يدفعني للقلق.					
42.	أشعر بصعوبة تحسين ظروف وتداعيات المستقبل.					
43.	ظروف الحياة تجعلني بعيداً عن تحديد أهدافي المستقبلية.					
44.	أنا راضي عن مستوى معيشتي بوجه عام وهذا ما يشعرني بالأمل في المستقبل.					
45.	أشعر أن الحياة بلا هدف عقيمة.					

شكراً لحسن تعاونكم. . . .

ملحق رقم (2) تسهيل مهمة الباحثة

وزارة الأسرى



الجامعة الإسلامية – غزة
The Islamic University - Gaza



عمادة الدراسات العليا 1150

الرقم: ج س غ/35/ Ref
التاريخ: 2013/02/02م Date

الأخوة الأفاضل/ وزارة الأسرى – غزة **حفظه الله،**

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

الموضوع/ تسهيل مهمة طالبة ماجستير

تهديكم الدراسات العليا أعطر تحياتها، وترجو من سيادتكم التكرم بتسهيل مهمة الطالبة/ **دعاء شعبان أبوعبيد**، برقم جامعي **220100054** المسجلة في برنامج الماجستير بكلية **التربية** تخصص **علم النفس – إرشاد نفسي**، وذلك بهدف تطبيق أدوات دراستها والحصول على المعلومات التي تساعدها في إعدادها والتي بعنوان:

الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدي الأسري المحررين المبعدين إلى غزة

والله ولي التوفيق،،،

عميد الدراسات العليا



أ.د. فؤاد علي العاجز

صورة إلى:-
❖ الملف.

ص.ب. 108 الرمال، غزة، فلسطين هاتف Tel: +970 (8) 286 0700 فاكس fax: +970 (8) 286 0800 P.O. Box 108, Rimal, Gaza, Palestine
public@iugaza.edu.ps www.iugaza.edu.ps

ملحق رقم (3) تسهيل مهمة الباحثة

رابطة الأسرى والمحررين المبعدين



الجامعة الإسلامية – غزة
The Islamic University - Gaza



عمادة الدراسات العليا 1150

الرقم/ Ref: ج س غ/35/
التاريخ/ Date: 2013/02/02م

الأخوة الأفاضل/ رابطة الأسرى المحررين المبعدين – غزة حفظه الله،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

الموضوع/ تسهيل مهمة طالبة ماجستير

تهديكم الدراسات العليا أعطر تحياتها، وترجو من سيادتكم التكرم بتسهيل مهمة الطالبة/ **دعاء شعبان شعبان أبوعبيد**، برقم جامعي **220100054** المسجلة في برنامج الماجستير بكلية **التربية** تخصص **علم النفس – إرشاد نفسي**، وذلك بهدف تطبيق أدوات دراستها والحصول علي المعلومات التي تساعدها في إعدادها والتي بعنوان:

الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدي الأسري المحررين المبعدين إلى غزة

والله ولي التوفيق،،،



عميد للدراسات العليا

أ.د. فؤاد علي العاجز

صورة إلى:–
❖ الملف.

P.O. Box 108, Rimal, Gaza, Palestine fax: +970 (8) 286 0800 فاكس Tel: +970 (8) 286 0700 ص.ب. 108 الرمال، غزة، فلسطين هاتف
public@iugaza.edu.ps www.iugaza.edu.ps

ملحق رقم (4) قائمة المحكمين

م.	الإسم	الصفة
1	الدكتور سمير مخيمر.	عميد الشؤون الأكاديمية بجامعة الأقصى
2	الدكتورة عطاف أبو غالي.	قسم الإرشاد النفسي بجامعة الأقصى
3	الدكتور احمد محمود التميمي.	قسم الإرشاد النفسي بجامعة النجاح
4	الدكتورة اية عرفات.	عيادة النفسية في القاهرة
5	الأستاذ الدكتور سامي أبو اسحاق	جامعة القدس المفتوحة
6	الدكتور شريف حماد	كلية التربية بجامعة القدس المفتوحة
7	الدكتور ماهر المجدلاوي	قسم الإرشاد النفسي بجامعة الأقصى